पाकदर्पण

अथवा,

महाराष्ट्रीय स्वयंपाकशास्त्र.

अनेक शास्त्रीय माहितीवरून

व

प्रत्यक्ष अनुभवावरून,

सौ० गोदावरीबाई पंडित

नीतिदर्पण, प्रीतीचा मोबदला, रंगवल्लिका, पुराणयुक्ति रत्नमाला,

वगैरे पुस्तकांची कर्त्री,

यांनीं तयार केलें

ते

पुणें पेठ बुधवार येथें भाऊ गोविंद सापकर यांणीं आपलें ' ज्ञानचक्षु '
छापखान्यांत छापून प्रसिद्ध केलें.

सन १८९३ डिसेंबर.

पुस्तक नंबर ५.

श्री.

श्रीमंत राजराजेश्वर

सरकार सयाजीराव महाराज गायकवाड जी० सी० एस्० आय्० संस्थान बडोदें

यांस,

हें लहानसें पुस्तक,

" त्यांचे ठायीं परोपकारादि स्तुत्य कृत्यांस उदारता, स्त्रीशिक्षणाविषयीं उत्सुकता, आणि स्वभाषेची व देशाची कळकळ इत्यादि अनेक सद्गुणांचें वास्तव्य जाणून "

प्रेमपूर्वक परमादरानें

अर्पण केलें असे.

मुक्काम सोलापूर सदरबाजार,
ता० १ डिसेंबर, सन १८९३. इ०

ग्रंथकर्त्री.

श्री.

श्रीमंत सरकार सयाजीराव महाराज गायकवाड.



स्वसुख विमुखं सर्वान् लोकान् सुतानिव शासतम् ।
[illegible] प्रसन्नमुखांबुजम् ॥
[illegible] यशउज्ज्वलं ।
[illegible] चिरायुतम् ॥ १

प्रस्तावना.

आपल्या देशांत अलीकडे दिवसेंदिवस प्रजा अशक्त होत चालली, अशी हांकाटी मात्र सर्वत्र समंजस मनुष्यांच्या तोंडून ऐकण्यांत येत आहे, पण त्याच्या परिहारार्थ यत्न मात्र कोणाकडून यथातथ्य होत असल्याचें पाहण्यांत येत नाहीं ! ! ही किती सखेदाश्चर्याची गोष्ट आहे? चालू मन्वंतरांत तर असें आहे कीं, अन्नमय प्राण, आणि प्राणमय पराक्रम आहे! माझी समजूत तर अशी आहे कीं, प्रजा अशक्त होण्यास आणखी कांहीं कारणें हल्लींच्या काळांत असतील, पण त्यांस खावयास अन्न जें मिळतें, तें मिळावें तसें ह्मणजे यथाप्रकारयुक्त तयार झालेलें मिळत नाहीं हेंही पण एक कारण प्रधान आहे; याविषयीं तिळमात्र शंका नाहीं.

या माझ्या ह्मणण्यास विरुद्ध मतेंही पडण्याचा संभव आहे. तथापि सूक्ष्म विचारी आणि दूरदर्शी लोक ही गोष्ट निर्भ्रांतपणें कबूल करतील, अशी माझी खात्री आहे. शरीरप्रकृतीस आरोग्य असणें, हुशारी असणें, बुद्धि तीव्र राहणें, अंतःकरण आनंदी व स्थीर असणें, ह्या सर्व गोष्टी खरोखर चांगल्या अन्नावर बहुतेक अंशीं अवलंबून आहेत; अशीं वैद्यशास्त्राचीं, विद्वान् वैद्यांचीं आणि शारीरशास्त्रसंपन्न डाक्तरांचीं मतें आहेत; मग माझें ह्मणणें खोटें कसें होईल? सारांश चांगलें, यथाप्रकार तयार केलेलें, स्वच्छ, आणि ताजें अन्न हें संपूर्ण आरोग्याचें, समाधानाचें व आनंदाचें माहेर घर आहे. ह्मणून असें अन्न अलीकडील प्रजेस मिळण्याची समृद्धि झाल्यास मोठा नफा होणार आहे हें वेगळें सांगणें नको.

मग असें अन्न अलीकडील काळांत कोणासही मिळत नाहीं कीं काय? आणि ह्मणून प्रजा अशक्त होत चालली कीं काय? असे प्रश्न सहजच कोणाच्या मनांत उत्पन्न होणार आहेत. परंतु या प्रश्नांचीं उत्तरें अशीं आहेत कीं, चांगलें अन्न कोणास मिळत नसेल, असें

माझें ह्मणणें नाहीं; ईश्वरकृपेनें तें सर्वांस चांगलें आणि विपुल मिळावें, अशीच माझी इच्छा आहे. तथापि तें स्वादिष्ट, रसभरित, आणि क्रियाशुद्ध मिळत गेल्यास उत्तम, असें माझें आग्रहपूर्वक ह्मणणें आहे. याविषयीं मात्र समंजस लोक विचार करतील अशी माझी आशा आहे. आपल्या लोकांत शंभर घरांत पाहिलें, तर पांच घरचा स्वयंपाक देखील स्वादिष्ट, यथाशास्त्ररीत्या तयार केलेला, रसभरित आणि खाल्ल्याबरोबर दुखणेकऱ्यासही उत्साह व बळ देणारा असा सांपडेल कीं नाहीं हा संशयच आहे. उदाहरणार्थ पहा कीं, ज्या दिवशीं प्रसंगवशात् आपणास खाणावळींत जाऊन जेवण्याचा प्रसंग येतो, त्या दिवशीं आपल्या मानसिक वृत्तीचे धर्म किती आनंदांत, समाधानांत आणि तरतरीतपणांत असतात, आणि ज्या दिवशीं आपण आपल्या घरीं, स्वच्छ जागेंत, स्वच्छ पात्रांत, आणि आपल्या स्वच्छ व प्रिय मनुष्यांच्या हातचें अन्न भक्षण करितों, त्या दिवशीं आपली वृत्ति किती प्रसन्नतेंत आणि आनंदोत्सहांत असते !

वर हें जें मीं उदाहरण लिहिलें आहे, त्याचा अनुभव बहुतेक माझ्या प्रिय देशबांधवांस आणि भगिनींस असेलच. ह्मणून माझ्या सांगण्याचा सखोल अर्थ अशांच्या ध्यानांत येण्यास उशीर लागणार नाहीं. परंतु नेहमीं जे गलिच्छ खाणावळींतच फुका झोडून मिटक्या मारीत बसणारे त्यांना मात्र हें माझें उदाहरण मुळींच लागू पडणार नाहीं हें उघड आहे. असो. सांगण्याचें तात्पर्य इतकेंच कीं, चांगलें, स्वादिष्ट, यथाशास्त्र केलेलें, आणि ताजें असें अन्न हें बळ, बुद्धि, पराक्रम, आनंद यांस देणारें असून मुख्यत्वें सुस्वरूप व सबळ अशी प्रजा उत्पन्न करणारें आहे, हें सर्वांनीं ध्यानांत ठेवून स्वशक्त्यनुसार होईल तितकें करून असें अन्न सेवन करण्याची नित्य खबरदारी ठेवावी, ह्मणजे स्वतांचे शरीरास आरोग्याची आणि सुखाची समृद्धि होऊन आपलें आयुष्य, बळ, परा[illegible] बुद्धि, विद्या, शौर्य यांची वाढ होईल. आणि प्रजाही [illegible]णि सशक्त अशी होईल.

आपल्या देशांत चांगल्या अन्नाची ईश्वरकृपेनें समृद्धि आहे;

पण तें यथाप्रकार तयार करण्याची कळा मात्र लोपल्यासारखी झाली आहे, ही दुःखाची गोष्ट होय. सुमारें पांच हजार वर्षांपूर्वीं ही कला भरतखंडांत चांगली जागृत होती, अशी माहिती मिळते. त्या अलीकडे उत्तरोत्तर ही कला नीच वर्गांत मोडत जाऊन ऱ्हास पावत गेली ! ! वस्तुतः ही कळा नीच नाहीं, सर्व कलेचें आदिपीठ ही कला असून केवळ प्राणदाती अशी आहे. तथापि साडेसातीचा फेरा या कलेस शेवटीं येऊन पोंचला. आणि ती नीच लोकांच्या हातीं जाऊन निंद्य होऊन बसली ! !

पूर्वीं मोठमोटे विद्वान्, पराक्रमी, शूर, श्रीमान् अशा लोकांस देखील बहुतेक ही कला अवगत होती. ‘ पुण्यश्लोक नृपावलींत पहिला ’ असा जो महा पराक्रमी आणि पुण्यशील राजा ‘ नळ ’ निषध्र देशाधिपति तो देखील या पाककलेंत अतिशय निपुण होता असें इतिहासावरून समजतें. त्याचप्रमाणें इतर राजेही जेव्हां महा अरण्यांतून शिकारीस जात असत, तेव्हां मृगमांसादि अन्न तयार करून किंवा कंदमूलादि अन्न स्वहस्तानेंच तयार करून तें खात असत. अशीं उदाहरणें शेंकडों सांपडतात. पांडवांपैकीं मोठा बलवान् जो भीम तो तर या कलेंत मोठा प्रोफेसर होता. मच्छ देशाधिपति राजा विराट, याच्या घरीं पांडव अज्ञातवासांत असतां विराट राजाच्या येथील सर्व पाकनिष्पात्ति करण्यावर भीम हा आचार्य ह्म० नायक होता. अर्थात् तो पाककलेंत मोठा निपुण असावा, हें तर उघडच आहे. फार कशाला अजून देखील आपल्या देशीं प्रचारांत ह्मण अशी आहे कीं, स्वयंपाक मोठा सगसणीत ह्मणजे तिखटमिठानें व तेलादिकांनीं परिपूरित व बराच खमंग असला ह्मणजे त्यास ‘ भीमपाक ’ असें ह्मणण्याचा परिपाठ आहे. आणि स्वयंपाक मधुर, स्वादिष्ट, आणि रसभरित असला ह्मणजे त्यास ‘ नळपाक ’ अशी संज्ञा मिळते.

इतक्यावरून सारांश एवढाच घ्यावयाचा कीं, पूर्वीं मोठमोठे थोर पुरुष देखील या कलेंत निष्णात असत. आणि आतां पाक-

कला पोटी निंद्य मानली जात आहे, ही किती खेदाश्चर्याची गोष्ट होय! ज्या लोकांस व्यवहारिक विद्यांपैकीं कोणतीच दुसरी श्रेष्ट विद्या, व कला अवगत नाहीं, ज्यांचे ठिकाणीं दुसरे कांहींच सद्गुण वसत नाहींत, जे व्यसनी, हलकट, घाणेरडे आणि गलिच्छ लोक, अशा लोकांच्या हातांत प्रस्तुत ही कला थोडी बहुत दृष्टीस पडते, परंतु काय उपयोग! अशा लोकांच्या संगतीनें उलट या श्रेष्ट कलेचें महत्व मात्र उतरून जाऊन तिची दैना मात्र अधिकाधिक होत चालली आहे.

अलीकडे हजार पांचशें वर्षांपासून याप्रमाणें या कलेचा आमच्या श्रेष्ट पुरुषवर्गास अतिशय तिटकारा येऊन तिला निंद्य ठरवून, तिचा पत्करिला तो केवळ हतवीर्य असें आपलें मत ठोकून देऊन तिला बिचारीला आह्मां बायकांच्या गळ्यांत केवळ अडकावून दिली आहे! केवळ ती वंशपरंपरा आह्मां बायकांसच अगदीं बक्षीसपत्र करून दिली आहे. स्वयंपाक ह्मणजे केवळ बायकांचेंच कर्तव्य कर्म!! पुरुषांनीं, त्यांत श्रेष्ट पुरुषांनीं या कामास अगदीं स्पर्शही करूं नये!! असें ठरलें. चिंता नाहीं. तेव्हां आह्मीं तिचा स्वीकार आनंदानें केला पाहिजे, हे स्पष्ट ठरलें! कारण श्रेष्ट पुरुषवर्गास इतर दुसरीं कामें महत्वाचीं आणि देशहिताचीं अशीं पराक्रमयुक्त करणें आहेत ह्मणून! पण तथापि कांहीं कामें अलीकडे (सुमारे एक शतकांत) त्यांच्याकडून झाल्याचीं उदाहरणें अद्याप दिसण्यांत आलीं नाहींत. पण अजून पुढें त्यांना कांहीं पराक्रम करून दाखविणें असेल तर मात्र कोण जाणे!! कसेंही असो. पाककला ही आह्मां बायकांची खास झाली, त्यांत मात्र कांहीं शंका नाहीं. कारण आतां आह्मी ती श्रेष्ट पुरुष वर्गास परत घ्या ह्मणावयास गेलों, तर आतां ते (पुरुष) हजार पांचशें वर्षांची वहिवाट पुढें आणून तक्रार करण्यास उभे राहतील हें उघडच आहे.

असो. या प्रमाणें ही पाककला बायकांकडेतर आली. परंतु तिची स्थिति असावी तशी अजून कांहीं आली नाहीं. ती वरीच स्थित्यंतर पावून आली. ह्मणून तिला यथाशक्ति सर्वांनी त्यांत विशेषेंकरून

आह्मीं वाचकांनीं सुधारली पाहिजे हें निःसंशय आहे. तेव्हां आतां ही कला सुधारण्यास शास्त्रयुक्त पुस्तकें पाहिजेत, हें उघड आहे. पण तीं असावीं तितकीं, आणि असावीं त्या रीतीचीं मुळींच उपलब्ध नाहींत. अलीकडे दहापांच वर्षांत कोठें एक दोन सूपशास्त्राचीं पुस्तकें प्रसिद्ध झालीं आहेत असें ऐकतें, पण तींही असावीं तशीं पद्धतवार, लहान मलींस शिकण्यास उपयोगीं पदार्थांची गुणदोषदर्शक आणि पूर्ण माहितीनें भरलेलीं अशीं मुळींच नाहींत हें शोधा अंतीं समजून आलें. तेव्हां ही अडचण दूर होऊन माझ्या प्रियदेशभगिनींस प्रस्तुतचे काळीं उपयोगीं होईल व प्रसंगवशात् देशबंधूंसही उपयोग करतां येईल, असें एखादें सूपशास्त्रावर पुस्तक तयार करावें असा हेतु माझ्या मनांत उद्भवला! पण नुस्ता हेतुच उद्भवून काय उपयोग? पुस्तक प्रसिद्ध होण्यास बाकीचीं साधनें कशीं मिळतील, ही काळजी पुढें येऊन मूर्तिमंत उभी राहिली, तेव्हां अर्थातच मनांतील हेतु मनांतच ठेवून हातपाय आवरून स्वस्थ बसावें लागलें.

इतक्यांत जगदीशकृपेनें असा कांहीं योग घडून आला कीं, त्यामुळें हें पाकदर्पण पुस्तक सहजच लिहून तयार करण्यास अनायासेंच मला उत्तेजन मिळालें. श्रीमंत सरकार सयाजीराव महाराज गायकवाड यांनां ईशेच्छेनें या जीर्ण झालेल्या पाककलेचा जीर्णोद्धार करावा अशी उत्कटेच्छा प्राप्त होऊन त्यांणीं या कामास लागलाच आरंभ करविला. आणि तंजावरप्रांतीं, मद्रासप्रांतीं व यवन वगैरे अन्य लोकांत पाकनिष्पत्ति कशी करतात या विषयींची योग्य माहिती मिळवून त्यासंबंधानें दोन तीन भागांचीं पुस्तकें छापून प्रसिद्ध केलीं.

वास्तविक पाहतां महाराजांचा हा उपकार साऱ्या आमच्या देशावर झाला यांत संशय नाहीं. या पुस्तकांच्या योगानें महाराजांचा मजवर तर मोठाच अनुग्रह झाला. कारण लागलीच मला—महाराष्ट्रीय लोकांच्या उपयोगीं होईल, असें हें पाकदर्पण नामक पुस्तक लिहून तें श्रीमंत सरकार महाराजांस अर्पण करण्याविषयीं पूर्ण उत्तेजन आलें. असो. वाचकहो याप्रमाणें या पुस्तकाची मूळपीठिका आहे, ती तुह्मांस

सादर केली. आतां माझी स्वतांची थोडी हकीकत येथें देऊन हा बराच लांबलेला प्रस्तावनालेख आटोपून घेतें.

' नीतिदर्पण,' ' रंगवल्लिका ' वगैरे दोन चार पुस्तकें मजकडून तयार होऊन प्रसिद्ध झाल्यानंतर कित्येक माझ्या हितचिंतक बांधवांस व भगिनींस अशी जिज्ञासा झाली कीं, माझी स्वतांची थोडी हकीकत (आत्मचरित्र) मीं कोणत्या तरी एखाद्या पुस्तकांत प्रसिद्ध करून सर्वांस कळवावी. याचप्रमाणें ज्ञानप्रकाशासारख्या वजनदार पत्रकारांनींहीं अशाच सूचना केल्या होत्या. या सर्व सूचनांविषयीं विचार करण्यास—पाकदर्पण पुस्तकांत ही मला योग्य संधि मिळाली, म्हणून मी ईश्वराचे अत्यंत आभार मानितें.

वाचकहो, माझें जन्म पुणेंजिल्ह्यांत इंदापूर नांवें जो एक तालुका प्रसिद्ध आहे, तेथें ह्मणजे इंदापूर गांवांत एका कुलीन भिक्षुक घराण्यांत झालें. आई लहानपणींच निवर्तली. लहानपणांत शाळेंत वगैरे जाऊन शिक्षण मिळविण्याची सोय नव्हती. घरांतील चालीरीती जुन्या वळणाच्या; त्यांतही भिक्षुकीवृत्ति ! मग अशा ठिकाणीं बायकांस शिक्षणाचें नांव स्वप्नांत तरी कशाला येईल ! अकरावे वर्षीं पुण्यांतील एका वीस वर्षांच्या सुशिक्षित वराशीं माझें लग्न झालें. पुढें संसार समजूं लागल्या पासून विद्वान् व सुशिक्षित प्रियपतीच्या सहवासांत येऊन तेव्हांपासून त्यांच्याच सहचर्यें मध्यें सुशिक्षण मिळत गेलें, आणि अभ्यासाची व योग्यतेची मजल सध्यां तुह्मी जाणत आहां येथपर्यंत येऊन पोंचली. सारांश विद्वान्, सुशील, आणि निर्मळ अंतःकरणाच्या प्रिय पतीच्या सहवासानें स्त्रियांस कोणतें सुख प्राप्त होणार नाहीं बरें? सुशिक्षणादि सर्व ऐहिक सुखें प्राप्त होतील यांत कांहीं मोटेसें आश्चर्य नाहीं; परंतु अशा प्रकारच्या सशास्त्र व सुखरूप संसारिक आचरणापासून जगदीशही प्रसन्न होऊं शकेल यांत संशय नाहीं. अशा प्रकारच्या भावनेनें व निष्टेनें परलोकही माझा सुखाचा होईल अशी मला उमेद आहे.

सुजन बंधुभगिनींनों, प्रस्तुत आमचा संसार मध्यम स्थितींत आ-

हे; पण अत्यंत सुखाचा आहे. मोठ्या श्रीमंत समाज्यास कांहीं तरी तळमळ असेल, पण आह्मास ईशकृपेनें पूर्ण समाधान आहे. कारण विद्या, ऐक्य आणि प्रीति हीं ज्या दंपत्यांत आहेत, तें दंपत्य पूर्ण सुखी अशी माझी समजूत असून तशीच स्थिति आमची आहे ती देहावसाना पर्यंत अशीच कायम राहो, हीच प्रार्थना त्या सर्वचालक प्रभुजवळ आहे.

माझ्या उदाहरणावरून इतकें घेतां येईल कीं, स्त्रियांस विद्येचें शिक्षण तर अवश्य पाहिजेच; नको ह्मणणाऱ्याची बुद्धि अपोक्त होय. मात्र हें शिक्षण लहानपणीं घरीं सुशिक्षित आईबापांकडून अथवा शाळेत; व वयांत आल्यावर त्यांच्या प्रियपती कडून मिळण्याची तजवीज असावी. ह्मणजे अशा व्यवस्थेनें मर्यादेचें व स्वधर्माचें उल्लंघन न होतां पुढें त्यांचा संसार सुखरूप होईल. वयांत आलेल्या मुलीं आपल्या शिक्षणाच्या निमित्तानें माहेरघर किंवा सासरघर सोडून अन्यस्थळीं जाणें रीतीस निंद्य आहे.

असो. मला समजूं लागल्या पासून पुढें नऊ दहा वर्षांतच माझी योग्यता विद्वान् स्त्रियांत गणण्या सारखी झाली. पण लोकापवादामुळें मी आपलें शिक्षण झांकून ठेवण्याचा यत्न करीत असें. स्नान केल्यावर नेमाधर्माची पोथी वाचणें झाल्यासही मी ती चोरून व हळूं वाचीत असे. कारण शेजारी पाजारी नांवें ठेवतील हें भय! शेवटीं ही गोष्ट फार दिवस झांकून न राहतां गांवभर समजली. मग लोकचर्चाही सुरू झाली!! ज्या बायकांस लिहिणें वाचणें येत नव्हतें, अशांनीं तर माझा मोठा तिरस्कार करावा. कारण त्यांच्या सारखी मी अक्षरशून्य नाहीं ह्मणून! कित्येक स्त्रियांस माझा अभ्यास पाहून ईर्षाही उत्पन्न होऊन त्या आपल्या घरीं आपल्या घरांतील माणसां जवळ दिव्यार्शी पुटपुट करीत बसूं लागल्या. तथापि कांहीं येईना, ह्मणून शेवटीं माझी निंदाही करूं लागल्या.

कर्मधर्मसंयोगें अशा समयास माझें रंगवल्लिका' नामक रांगोळीचें पुस्तक छापून बाहेर प्रसिद्ध झालें. तेव्हां तर आमच्या कित्येक

इष्टमित्रांस मोठाच अचंबा वाटून ते आंतून आमची निंदा व द्वेष करूं लागले. पुढें मुंबईंतील उपयुक्त ग्रंथप्रसारक मंडळींनीं मीं लिहिलेली कादंबरी 'प्रीतीचा मोबदला' नामक प्रसिद्ध केली ! तऱ्हां तर मजवर लोकचर्चेच्या पुष्पांजुळींचा अतिशय वर्षाव झाला. तथापि अशा समयींही कित्येक निःसिम साधुजनांनीं-व खऱ्या आणि थोर अंतःकरणाच्या बंधूभगिनींनीं आणि कित्येक थोर वर्तमानपत्रांच्या लेखकांनीं उत्तेजनपर लेख लिहून यथाप्रकारें माझी स्तुति लिहून विरुद्ध पक्षवाल्यांची षोडशोपचारें पादप्रक्षालनपूजा बरीच केली. आणि माझे अंतःकरणांतील हा देशसेवेचा उल्हास कमी होऊं न देतां जास्त वृद्धिंगत केला. कित्येक करुणहृदय प्रिय बंधूंनीं तर तशा वेळीं मजवर एखाद्या देवीप्रमाणें कविता रचून मला प्रोत्साहन दिलें. अशांचे उपकार मजवर फार झाले आहेत, हें निराळें सांगणें नको.

पुढें 'नीतिदर्पण' नांवाचें चवथें पुस्तक लिहून तें श्रीमंत सरकार गायकवाड यांजकडे पहाण्यास पाठविलें असतां त्यांस तें मनापासून आवडलें. आणि त्यांनीं पूर्ण साह्य देऊन तें छापून प्रसिद्धही करविलें. तात्पर्य, अशा रीतीनें मी भीतभीत ग्रंथकर्त्री या नांवानें आतां प्रसिद्ध झालें आहे. हें 'पाकदर्पण' पुस्तक माझी पांचवी हस्तकृति होय. सूज्ञांच्या लक्षांत येईल. मला शिक्षण मिळालें आहे, म्हणून मी कोणत्याही रीतीनें धर्ममर्यादेच्या बाहेर किंवा गृहमर्यादेच्या बाहेर गेलें आहे, असें मुळींच नाहीं. उलट सौख्यरूप संसारांत अधिक विश्रांति पावत आहे. इतकें सांगून व माझा कित्ता इतर माझ्या देशभगिनींस वळविण्यास उपदेश करून हा लेख पूर्ण करितें.

मुक्काम सोलापूर, सदरबाजार,
तारीख १ डिसेंबर सन १८९३ इ०.

ग्रंथकर्त्री.

अनुक्रमणिका.

चटण्या.

शाकभाज्या.

पापड, सांडगे, वगैरे.

आटीव दुधाच्या क्षिरी.

निरनिराळ्या प्रकारचे भात.

पक्कान्नें.

विशेषेंकरून सर्वांनीं लक्ष्यांत ठेवण्यासारखे नियम.

स्वयंपाकगृह.

१. पाकशाला ह्मणजे स्वयंपाकगृह हें सर्वसाधनांनीं सोयीचें असावें. घराच्या मानानें तें विस्तृत असावें व उंच असावें. ह्मणजे घराच्या इतर भागापेक्षां स्वयंपाकगृह निदान दीडपटीनें तरी उंच असावें हें चांगलें. परंतु दीडपटीपेक्षांही अधिक उंच ह्मणजे दुपटीतिपटीनें असल्यास फारच उत्तम. चुलीवरचे भागास धूर जाण्याकरितां भिंतीस जाळ्या किंवा वरले कडीपाटास किंवा कौलारूस चांगलें विस्तीर्ण धुराडें असावें. ह्मणजे स्वयंपाकगृहांत धूर कोंडून स्वयंपाक करणारास त्रास होणार नाहीं. आणि उंच असल्यामुळें आग लागण्याची भीति राहणार नाहीं. व स्वयंपाकघरांतील हवा मोकळी वाहून स्वच्छ राहील.

२. स्वयंपाकगृहांत उजेड चांगला असावा. अंधार नसावा. अंधार असला म्हणजे व हवा खेळती नसल्यामुळें पाकनिष्पत्ति बिघडण्याचा विशेष संभव आहे.

३. स्वयंपाकघरांत नाहणी (मोरी) अवश्य असावी. पण ती अशा सोयीनें असावी कीं, तेथें घाण बिलकुल राहूं शकणार नाहीं. स्वयंपाक करणारांनीं तेथें पाकसंबंधीं पाणी सांडण्याशिवाय अन्य गलिच्छ व्यवहार कोणतेही (स्नानवगैरे) करूं नयेत. ही नाहणी नेहमीं स्वच्छ ठेवली पाहिजे. नाहीं तर तेथें गलिच्छपणा उत्पन्न होऊन तेथील हवा बिघडेल, आणि त्या वाईट हवेनें व दुर्गंधीनें स्वयंपाकाची स्थिति बिघडूं शकेल.

पाण्यांत दोन ता.

...पाकघरांत स्वच्छ पाण्याचें स्थान म्हणजे नळ किंवा हौद असावें. पण सांठवण असल्यास त्यासंबंधी स्वच्छता ...री असावी. पाणी ताजें वापरावें. कारण सांठवलेले ...न दिवसांनीं बारीकसारीक जीव उत्पन्न होण्याची

भीति असते. हे जीव पाण्यांतून किंवा अन्नांतून पोटांत गेल्यास अनेक रोग उत्पन्न होण्याचा संभव असतो.

५. स्वयंपाक करण्यास देखील पाणी ताजें आणि गाळून घ्यावें हें चांगलें.

६. स्वयंपाकघरांतच धान्य सांठवण्याची कोठी असूं नये. कारण धान्यकोठींतील हवा वाईट असते. आणि धान्यामुळें तेथें हरएक प्रकारचे जीव उत्पन्न होतात. या सर्व गोष्टींपासून स्वयंपाकगृह मर्यादेनें दूर असावें; नाहींपेक्षां पाकनिष्पत्ति बिघडण्याचा संभव आहे.

७. स्वयंपाकघराजवळ गुरांचा गोठा असूं नये. कारण गोठ्यांत मलिच्छपणा असतो, आणि नानाप्रकारचे (मच्छर वगैरे) जीवही असतात, त्यांपासून चांगल्या स्वयंपाकास भीति आहे.

८. स्वयंपाकघर शेणानें सारविल्याबरोबर लागलीच तेथें स्वयंपाक होऊं नये. कारण, तें सारवण ओलें आहे तेथपर्यंत दुर्गंधयुक्त व कधीं कधीं कीटकमयही असण्याचा संभव असतो. शेण चांगलें ताजें व स्वच्छ नसेल तर सारवण खडखडीत चांगलें वाळल्यावर मग स्वच्छ चांगलें झाडून काढून निर्मळ झाल्यावर मग तेथें स्वयंपाक करावा.

९. स्वयंपाकघरांत भोजनास बसण्याची जागा असूं नये. भोजनगृह तेथें जवळच पण मर्यादेनें निराळें असावें. म्हणजे जेवणारांसही त्रास पोंचत नाहीं आणि स्वयंपाकाची आणि स्वयंपाक करणाराची मर्यादा राहते. खरोखर शास्त्रदृष्ट्या पाहिलें तर जेवणाराच्या दृष्टीस सर्व स्वयंपाक पडूं नये. फक्त वाढप येईल तेवढें अन्न दृष्टीस पडावें. स्वयंपाक करणाऱ्याशिवाय इतरांची दृष्टि सर्व स्वयंपाकावर पडूं नये, असा कित्येक पवित्र, व उंच म्हणविणाऱ्या जातींतून प्रघात आहे. आणि सूक्ष्म विचार करितां हा प्रघात हितावह आहे असें वाटतें. यास्तव भोजनगृह स्वयंपाकगृहापासून वेगळें असावें.

१०. स्वयंपाकघराच्या भिंती, खिडक्या वगैरे स्वच्छ ...... यंपाकाच्या चुली वगैरे जागा नियमित आणि सो[illegible]

आणि सर्पण ठेवण्याची जागा म्हणजे सर्पण सांठवण्याची जागा स्वयंपाकगृहांतच असूं नये. कारण तशा कारणानें एखादे वेळीं अनर्थ होण्याची भीति असते.

सूपकार.

१. सूपकार म्हणजे स्वयंपाक करणारे लोक—पुरुष असोत, किंवा स्त्रिया असोत. पण ते अंतर्बाह्य स्वच्छ, पवित्र, सदाचरणी, वासनेनें तृप्त, आणि कुशल असावे. म्हणजे अशांच्या हातचा स्वयंपाक स्वादिष्ट, पवित्र व निर्मळ असा होऊन भोजन करणाऱ्यांस तो पाक सुखदायक होतो. अपवित्र, गलिच्छ, व्यसनी, आशाबद्ध आणि मूर्ख अशांच्या हातचें तयार केलेलें अन्न खाणारास सुखदायक होत नाहीं. फार काय सांगावें, अशांच्या हातचें अन्न खाल्लें असतां तें खाणारास रोगमूलक होतें. याकरितां पाकनिष्पत्ति करणारे लोक स्त्री किंवा पुरुष कोणीही असोत, ते कुलीन, पवित्र, सदाचरणी, तृप्त आणि आपल्या कामांत कुशळ असे असावे.

२. सूपकार स्वभावानें तामसी, हेकेखोर, खादाड आणि गलिच्छ असूं नये, हें तर ठरलेंच. पण तो (ती किंवा तो) पाकक्रियेंतही निष्णात असावा.

३. सूपकार रोगी किंवा नियमापेक्षां अशक्त असूं नयेत. रोग्याच्या हातचें अन्न गलिच्छ व घातुक होतें. आणि अशक्ताचे हातानें पाक बनावा तसा बनत नाहीं.

४. स्वयंपाक करणारा किंवा करणारीण होतां होईपर्यंत आप्तवर्गांपैकीं, मायेचीं, दयावंत आणि भाविक अशीं मनुष्यें असावीं. सहसा परकीं असूं नयेत. परंतु परकीं असल्यास पूर्ण विश्वासूक असावा. आप्तापेक्षां जमून विश्वास नाहींत तर उपयोगी नाहींत. कारण, स्वयंपाक करणाऱ्या मनुष्यात इतर गुण नसले तरी वेळेस चालेल, पण विश्वास मात्र पूर्ण पाहिजे, नाहींपेक्षां भोजन करणाऱ्या-

च्या जीवावरही येऊन बेतण्याचा कधीं कधीं संभव असतो. याकरितां सूपकार विश्वासू पाहिजेत.

५. सूपकार धान्यादि पदार्थांचे गुणदोष जाणणारा आणि वैद्यकसंबंधी थोडा माहितगार असल्यास फारच चांगलें.

६. पूर्णनवमास होत आलेली गर्भवती स्त्री, किंवा प्रसूत होऊन थोडे दिवस झालेली स्त्री आणि व्याधिग्रस्त झालेला पुरुष पाक करण्यास अगदींच उपयोगी नाहीं.

७. सूपकार सावध चित्ताचा, आनंदी, भोजन करणाऱ्या मनुष्यावर प्रीति करणारा असा असावा. त्रासिक व कठोर भाषणी आणि तोंडाळ नसावा.

पाकसाहित्य.

१ पाककर्ते कितीही कुशल असले तरी नुस्त्या हाताचे मांडे तर कधीं होणार नाहींतना? याकरितां स्वयंपाक चांगला पाहिजे असल्यास साहित्यही चांगलें असावें. एरंडापासून कधीं उंसासारखा गोड रस निघेल काय? नाचण्याची भाकरी कधीं पुरणपोळी सारखी होईल काय? साखरेचे ऐवजीं बेसनाचेंच पीठ आटीव दुधांत घालूं ह्मटल्यास कधीं त्याची बासुंदी बनेल काय?

पुष्कळ पुरुषांची खोड अशी असते कीं, त्यांच्या स्वभावास स्वयंपाक तर ओंगळ कधीं खपावयाचा नाहीं. पण साहित्य मात्र जन्मांत कधीं मनासारखें सूपकारास द्यावयाचें नाहीं!! वाईट सामान देऊन चांगला स्वयंपाक खाण्यास मिळावा, अशी इच्छा करावयाची!! मग अशा प्रसंगीं सूपकारांनीं काय करावें? कदाचित् सूपकारास जर कांहीं बंगाली जादुविद्या माहित असेल, किंवा बीरमंत्र त्याला येत असतील अथवा योगशास्त्राची माहिती असून जर कारितां सूपकाराला अष्टमहासिद्धी अनुकूल झाल्या असतील, तर मात्र नकळे! कारण तसें असल्यावर मग पाण्याचें तूप, मिठाची साखर, शेणाचा गूळ, बाजरीचे गहूं आणि हुलग्याचे राजभोग तांदूळ होण्यास उशीर लागणार नाहीं!! अथवा मग कांहींच साहित्य नको; सूपकार आपल्या योग-

बळानें–" तुकारामानें जसें शिवाजीस त्याच्या फौजेसहित–घरांत चूलही न पेटवितां पंचपक्वान्नांचें भोजन दिलें, त्याप्रमाणें हाही आपला सूपकार सहज करूं शकेल ! पण असे साहित्याविना स्वयंपाक करणारे सूपकार आमच्यासारख्या गरीबांच्या घरांतून कोठून आणावे ? कदाचित् देवलोकीं असे योगशास्त्रज्ञ सूपकार आतां असतील तर कोण जाणे ! कारण मृत्युलोकीं तर असे कोणी दिसत नाहींत. फार झालें तर घाऱ्या डोळ्यांचा, भांगेची चिलीम स्वयंपाकघरांत पीत बसणारा, मळीण वस्त्र परिधान करणारा, आणि घडोंघडीं तंबाखूचे बार भरून मनास वाटेल तेथें पचापच पिचकाऱ्या मारणारा, असा सूपकार–किंवा पिचापिच्या डोळ्यांची, नेहमीं नाकानें फुरफुर करणारी आणि तेलाच्या कुंकाचे ओघळ कपाळभर झालेली-अथवा मुळींच कांहीं कपाळावर नसणारी–अशी सुरेख सूपकारीण आमच्या घरांतून झळकत असणारी ! ! मग अशांच्या हातून उत्तम साहित्य सर्व जेथील तेथें असल्यावांचून उत्तम स्वयंपाक व्हावा तरी कसा ?

तात्पर्य काय कीं, स्वयंपाक उत्तम होण्यास सर्व साहित्य प्रत्येक पदार्थाच्या मानानें उत्तम असलें पाहिजे. केवळ सूपकारच चांगला असून उपयोग नाहीं.

पाकपात्रें.

स्वयंपाकास ज्याप्रमाणें, सूपकार चांगला, साहित्य चांगलें, जागा चांगली, इत्यादि अवश्य पाहिजेत, त्याप्रमाणें पदार्थ करणें असेल, त्या मानाचीं, त्या सोयीचीं, आणि तितक्या बेताचीं पात्रेंही चांगलीं पाहिजेत. ह्मणजे उदाहरणार्थ पहा कीं, अच्छेराचा भात करणें असल्यास त्यास दोन पायलीचें तपेलें चुलीवर ठेवून उपयोग होईल काय? एवढ्या मोठ्या पात्रांत शेर अच्छेर तांदुळ घालून भात केल्यास तो शास्त्रीनें जसा चांगला होणार नाहीं, त्याचप्रमाणें इतर सर्व पदार्थांचीही गोष्ट आहे. सारांश, पदार्थांच्या यत्तेप्रमाणें, व सोईप्रमाणें त्यांस पात्रें पाहिजेत. तरच पदार्थ चांगलें होतात, नाहींपेक्षां करणारे चां-

गळे असूनही व साहित्य चांगलें असूनही पदार्थ बहुतेक अंशानें पात्रांच्या गैरसोईनें बिघडले जातात.

२. स्वयंपाकांत होतां होईल तोंपर्यंत तांब्याचीं पात्रें टाळावींत. कारण ताम्रपात्रांपासून त्यांचा कलंक पदार्थांत उतरण्याचा संभव विशेषेंकरून असतो. निदान ताम्रपात्रें घ्यावींच लागलीं, तर तीं कल्हई केलेलीं तरी चांगलीं असावीं. अर्धवट कल्हई केलेलीं मुळींच उपयोगांत आणूं नयेत. कारण अशा अर्धवट कल्हईच्या पात्रांपासून हटकून अन्नांत कलंक उतरतो. हा नियम ध्यानांत नसल्यामुळें पुष्कळांच्या हातून अनर्थ घडले आहेत. कारण असा कलंक पोटांत गेल्यापासून पुष्कळ कुटुंबें आजारी झालीं आहेत. व कित्येक तर यमसदनींही गेलीं आहेत.

३. स्वयंपाकास पात्रें पितळेचीं चांगलीं. परंतु या पात्रांसही कल्हई असावी हें चांगलें. मातीचीं पात्रेंही स्वयंपाकास चांगलीं. पण धर्मसंबंधानें तीं ज्यांस चालतील त्यांस. कारण मातीचे पात्रांत एक वेळ स्वयंपाक केल्यावर तें पुनः स्वयंपाकास नुस्त्या धुण्यानें योग्य होत नाहीं, असें कित्येक उंच वर्गीय ह्मणविणारांचें मत आहे. त्याविषयीं ज्याचा त्याणें विचार करावा. तथापि, पितळेचीं भांडीं स्वयंपकास चांगलीं.

४. भांडीं चांगलीं स्वच्छ घांसून धुतलेलीं असावीं, कारण, भांडीं गलिच्छ असल्यास त्यांत स्वयंपाक स्वच्छ व आरोग्यकारक होणार नाहीं, हें उघडच आहे.

भोजनगृह.

अन्न चांगलें असलें तरी ओंगळ जागेंत बसून तें भक्षण केल्यास चवी देत नाहीं. इतकेंच नव्हे, चांगल्या मनुष्यास चांगलें अन्न जवळ असलें तरी वाईट जागेंत तें मुळींच भक्षण करावेंसें वाटत नाहीं. कुळमानें भक्षण केल्यास रुचि लागत नाहीं व पोटही भरत नाहीं. फार काय सांगावें—कित्येकांस वाईट जागेंत अन्न भक्षण करण्याचा

प्रसंग आलाच तर त्यांस तें न पचतां शेवटीं वांतिही झाल्याचीं उदाहरणें पुष्कळ आहेत.

याकरितां भोजनाची जागा जितकी स्वच्छ, सुशोभित, हवाशीर, रमणीय, विस्तृत आणि सुगंधयुक्त असेल तेवढी चांगली. अशा सुंदर जागीं बसून भक्षण केलेलें अन्न अत्यंत स्वादिष्ट लागून तें शरीरांस उत्तमप्रकारें मानवून सुखदायक होतें.

भोजनपात्रें.

ज्या पात्रांत भोजन करावयाचें तें पात्रही निर्मल, प्रशस्त आणि पवित्र असावें. महाराष्ट्रदेशांत उंच वर्गांतले लोक केळीच्या पानावर भोजन करितात हें फार चांगलें. केळीचें पान भोजनास सर्वोत्कृष्ट होय. कारण तें विस्तीर्ण, पवित्र, स्वच्छ असें असून पाहण्याबरोबर चित्तास समाधान देणारें असतें. केळीचें पान भोजनास आरोग्यकारक [illegible] एखादा रोगी [illegible] आणि त्याच्यापुढें जर केळीच्या चांगल्या स्वच्छ पानावर अन्न वाढून [illegible] तें पाहिल्याबरोबर त्यांतील दोन घांस तरी खाईल, यांत संशय नाहीं; [illegible] केळीच्या पानाचें माहात्म्य आहे. खरोखर महाराष्ट्रीय लोकांच्या भोजनसमारंभास जी इतकी अवर्णनीय शोभा प्राप्त होत असते, ती बहुतेक अंशीं केळीच्या पानामुळें होय. आहाहा ! आमचा भोजनसमारंभ व पंक्तीचा थाट पाहून परदेशस्थ लोक देखील माना डोलवितात. कारण रांगोळीचा चित्रविचित्र अनेक रंगी थाट, पाटाशीं पाट, केळीच्या पानांचा मनोहर घांट, उदबत्त्यांचा घमघमाट, समयांचा लखलखाट, प्रत्येक पानाजवळ चांदीचे तांब्यांचा, व पंचपात्रांचा चकचकाट इत्यादि सौंदर्यपरिपूरित दुतर्फा रांगेनें बसलेल्या पंक्तीची अपूर्व शोभा पाहून कोणा पाहणाराच्या चित्तास आनंद होणार नाहीं बरें? आमचा हा महाराष्ट्रीय भोजनसमारंभ कोणीकडे; आणि टेबल, खुर्च्या, चाकू, काट्या मांडून भोजनसमारंभ करतात तो कोणीकडे? सारांश, आपापल्या आवडीवर आहे. तथापि, केळीच्या पानावर भोजन करणें हें सर्वोत्कृष्ट; असें म्हटल्यावांचून माझ्यानें राहवत नाहीं.

कोंकणांत कोणी कोणी कमळाच्या पानावर व साठ्याच्या पानावर जेवतात, पण तें चांगलें नाहीं. कारण, त्या पानांवर ऊन भात किंवा इतर दुसरे उष्ण उष्ण पदार्थ वाढले ह्मणजे ते त्या पानाच्या संगतीनें कडू होतात आणि पानांचा वासही पदार्थांस लागतो. त्याचप्रमाणें, इतर कांहीं पानांच्या पत्रावळींवर महाराष्ट्रीय लोक जेवतात, पण तेंही चांगलें नाहीं. कारण, पत्रावळीच्या चुया घशांत जाऊन कधीं कधीं जेवणारांस मोठी इजा झाल्याचीं उदाहरणेंही आढळण्यांत येतात. ह्मणून पत्रावळींवर जेपणें धोक्याचें आहे.

२. श्रीमंत लोक चांदीच्या ताटांतून जेवतात, तें फार चांगलें. कारण चांदीचे ताटांतून जेवणें शोभादायक व सुखदायक आहे. चांदीचे भांड्यास कलंक नसतो. ह्मणून त्यांत पदार्थ सेवन करणें धोक्याचें नाहीं.

३. गरीब लोकांनीं पितळेच्या ताटांतून जेवण्यास हरकत नाहीं. मात्र हीं ताटें स्वच्छ धुतलेलीं आणि कल्हई केलेलीं असावीं.

वाढप व वाढणार.

१. अन्न चांगलें, जागा चांगली, भोजनास पात्र चांगलें, इतकें असलें, आणि पात्रावर वाढप जर व्यवस्थित झालें नाहीं, तर तें वाढलेलें पात्र व अन्न विशोभित दिसतें. इतकेंच नव्हे; तर अव्यवस्थित वाढलेल्या पात्रावरचें अन्न कितीही चांगलें असलें तरी तें बेचव लागतें. विशोभितपणामुळें जेवणाराचें चित्त प्रसन्न होत नाहीं. चित्त प्रसन्न नसल्यामुळें अन्न चांगलें असूनही तें खाववलें जात नाहीं. आणि क्षुधा तृप्त होत नाहीं. याकरितां पात्रावर वाढप होणें तें व्यवस्थितपणानें झालें पाहिजे.

२. व्यवस्थित ह्मणजे जेथील तेथें—असावें तेवढें—म्हणजे कोणता पदार्थ किती वाढावयाचा असेल, तेवढाच अधिकउणा न वाढणें, व भलत्याच जागीं न वाढणें, ह्मणजे जेथें जो पदार्थ वाढण्याची रीत आहे तेथेंच तो वाढणें, याप्रकारची वाढपसंबंधानें टापटीप राहिली म्हणजे तें वाढलेलें पात्र शोभिवंत होऊन जेवणारांचें चित्त त्यायोगें प्रसन्न

होतें. आणि जेवतांना चित्त प्रसन्न असलें ह्मणजे तें अन्न जेवणारांचे शरीरास सुखदायक होऊन यथारीतीनें पचलें जातें.

३. वाढप नीटनेटकें व्हावें. स्वच्छ रीतीनें व्हावें. पदार्थ मध्यें, किंवा कोणाच्याही पानापुढें सांडला जाऊं नये. पदार्थ कोणाच्या पानावर अधिक व उणा पहिल्या वाढीस पडूं नये. या सर्व गोष्टी वाढणाऱ्यानें ध्यानांत ठेवून मग वाढलें पाहिजे. अशी व्यवस्था न झाल्यास अन्न चांगलें तयार झालें असलें तरी त्यासंबंधानें जेवणारांचें मन प्रसन्न होत नाहीं.

४. ह्मणून वाढपाची व्यवस्था चांगली राहण्यास वाढणारीं मनुष्यें हुशार असलीं पाहिजेत. वाढणारीं मनुष्येंही गलिच्छ, व्यसनी, आशाबद्ध, हलक्या मनाचीं, अतृप्त अशीं नसावीं. अशा नीच मनुष्यांनीं वाढलेलें अन्न खाणारास पचत नाहीं. रोगमूलक होतें. ह्मणून भलत्याच मनुष्यानें वाढलेलें अन्न जेवूं नये. वाढणारीं मनुष्यें ही पवित्र आणि विश्वासूक असावीं. असें नसल्यास अनर्थ होण्याचा संभव आहे. बहुधा मायेचीं मनुष्यें वाढण्यास असल्यास उत्तम. प्रत्यक्ष मातुःश्रीच्या हातचें वाढप सर्वांत उत्तम. बायको, बहीण, मावशी, आजी, सासू यांचें वाढणेंही चांगलें. भावजया आदिकरून मनुष्यें गौण होत. अशी परंपरा सूज्ञांनीं ध्यानांत ठेविली पाहिजे. वेश्या, किंवा राख असल्यास तिच्या हातानें वाढून घेऊन खाण्यास फार सावधगिरी असावी.

सारांश, वाढप व्यवस्थित आणि वाढणारा पवित्र व विश्वासू पाहिजे यांत संशय नाहीं. ह्मणजे जेवणारास धोका नाहीं; आणि तें अन्न सुखकारक होतें.

वाढण्याची पद्धत.

वाढप पद्धतशीर असावें; ह्मणजे बरें, शोभिवंत दिसतें. आणि जेवणारांस सुलभ व सोयीवर पडतें. केळीचे पानावर वाढणें असल्या-

स डावे* बाजूस मिठापासून आरंभ करून चटण्या, कोशिंबिरी, मेथकूट, पंचामृत, रायतीं, आलें, लिंबूं वगैरे एका हारीनेंच वाढावें. एका हारींत पदार्थ संपले नाहींत, तर त्या शेजारीं दुसरी हार लावावी. उजवे बाजूस भाज्या, एका हारीनेंच वाढाव्या. मध्यें भाताची मूद, त्यावर वरण. उजवे बाजूस खालचे अंगास खीर. डावे बाजूस पोळी व पक्वान्नें; वरचे भागीं समोर वडे, पापड, सांडगे, कुरडया, पापड्या, भजीं, बोंडें वगैरे वाढावीं. वाटींत किंवा द्रोणांतून तूप, कढी, सांबारें, आमटी, दहीं, दूध वगैरे पातळ पदार्थ वाढावे.

ताटांतून व पत्रावळीवरून वाढणें झाल्यासही सदहू प्रमाणें वाढावें. चांदीचें ताट असल्यास तें केळीच्या पानावर मध्यें ठेवून पानावर चटण्या, कोशिंबिरी, वाढून व भाज्या वगैरे वाढून—भाताची मूद व पक्वान्नें ताटांत वाढावीं.

जेवण.

आतां शेवटीं जेवावें कसें, याविषयीं दोन सूचना करून हा बराच लांबलेला सूचनाप्रकार आटोपता घेतें.

१. सर्व सांगितलेल्या गोष्टी अनुकूल असल्या, आणि जेवणाराचें चित्त जर स्वस्थ नाहीं, तर हा सर्व खटाटोप व्यर्थ होतो. म्हणून जेवणारा सावधान, निरोगी, आनंदी, रसज्ञ, आणि क्षुधातुर पाहिजे. तरच त्या चांगल्या अन्नाचें चीज. नाहींपेक्षां सर्व व्यर्थ.

२. जेवण सावकाश जेवावें. चांगलें चर्वण व्हावें. इतर कामांत चपळाई पाहिजे, पण जेवणाचे वेळीं ती नको.

३. जेवतांना आनंदप्रद अशा व हास्यरसोत्पादक गोष्टी मंडळीबरोबर बोलाव्या. व बोलत चालत हास्यविनोदांत व आनंदांत जेवण होत असावें. म्हणजे अशा प्रकारें जेवलेलें अन्न चांगलें पचन होऊन सुखप्रद होतें.

---

* जेवणारांचे डावे बाजूस.

४. आपलीं मुलेंबाळें व मनोहर प्रिय पत्नी हीं जेवतांना सन्निध असावीं. म्हणजे त्या योगें चित्त आनंदित राहतें. निदान इष्टमित्र तरी सन्निधानीं असावे. म्हणजे त्यांच्याबरोबर गप्पा गोष्टींत जेवण आनंदांत होतें.

५. जेवतांना सभोंवतीं थाटमाट चांगला असावा. उंची अगरबत्त्यांच्या सुवासानें भोजनगृह दर्पवून गेलेलें असावें.

६. तेलकट, आंबट, तिखट, अशा पदार्थांचें सेवन भोजनाचे आरंभीं करूं नये. प्रथम स्निग्ध व मधुर पदार्थांचें सेवन असावें. म्हणजे त्यायोगें पित्तादि विकार शमन होतात. भोजनाचे अंतीं मधुर अशा दह्याबरोबर थोडा तरी भात सेवन करावा.

७. आवडेल तोच पदार्थ अतिशय सेवन करूं नये. त्यायोगें प्रकृति बिघडते. निदान एकचतुर्थांश तरी भूक राखून जेवावें. अगदीं आकंठ जेवूं नये. जेवल्यावर नियमित थोडा व्यायाम असावा. तरी अतिश्रम करूं नये. आणि जेवल्यावर लागलीच निजूं नये. जेवीत असतां मध्यें पाणी नियमित पीत जावें. पाणी स्वच्छ गाळलेलें व हलकें असें असावें. म्हणजे तेणेंकरून खाल्लेलें अन्न लौकर पचून पुनः क्षुधा प्रदीप्त होते.

याप्रमाणें व्यवस्था स्वयंपाकाची व जेवणाची जो ठेवील, तो शरीरसंपत्तीनें सुखी होऊन फार दिवस व्याधिरहित राहून पुष्कळ वर्षे वांचेल. आणि त्याची संततीही सदृढ अशी होईल.

विशेष सूचना.

या पुस्तकाची रचना--वाढप ज्या पदार्थापासून आरंभीं वाढतात, त्या पदार्थापासून–सांगण्यास आरंभ केला आहे. म्हणजे मिठापासून आरंभ केला आहे. मिठापासून चटण्या, कोशिंबिरी, वगैरे पदार्थ पहिल्या भागांत. दुसऱ्या भागांत शाक भाज्या, भजीं, पापड, सांडगे वगैरे. तिसऱ्या भागांत पातळ पदार्थ--सांबारीं, कढी,

सार वगैरे. चवथ्या भागांत सर्व क्षिरी आणि मुरांबे वगैरे. आणि शेवटील ह्मणजे पांचव्या भागांत बहुतेक प्रचारांतलीं अशीं पक्वान्नें सांगितलीं आहेत. या प्रमाणें एकंदर पांच भाग करून त्यांत सर्व पुस्तकाचा समावेश केला आहे.

महाराष्ट्रीय स्वयंपाकपद्धतींत सध्यां दोन प्रकारचे भेद प्रचारांत आहेत. एक कोंकणस्थी स्वयंपाकाची रीत आणि दुसरी देशस्थी. देशस्थी स्वयंपाकांत तिखट, मीठ, मसाला वगैरे घालण्याचें प्रमाण अंमळ अधिक मानावर आहे. त्यामुळें अशा प्रकारचा पाक अम्मळ सणसणीत असतो. आणि तितक्याच प्रमाणानें कोंकणस्थी पाक सात्विक-प्रधान असतो. ह्मणून हें पुस्तक पाहून पाक करणाऱ्या माझ्या देशबांधवांनीं व भगिनींनीं आपापल्या भक्त्यनुसार पाकक्रियेंत सरंजाम घालण्याची शिस्त ठेवावी. स्वतः मजविषयीं ह्मणाल तर मीं या पुस्तकाची रचना दोन्ही पद्धतींस अनुसरून ठेविली आहे.

पाकदर्पण,

अथवा

महाराष्ट्रीय स्वयंपाकशास्त्र.

भाग पहिला.

१ मीठ.

अन्नमय पदार्थांत मीठ हें प्रधान आहे. तें रसोत्पादक असून प्राणिमात्राचे शरीरांत गेलें असतां रक्तवृद्धि करणारें आहे. अर्थात् शक्तिवर्धक आहे. शिवाय इतर खाद्य पदार्थांस मीठ रुचि आणणारें आहे मिठावांचून अन्नास चव नाहीं, असें समजून आरंभीं कांहीं पदार्थांतून मीठ अगोदर घालावें लागतें व पान वाढणें झाल्यास अगोदर मीठच वाढतात. मीठ खाणें वर्ज केलें असतां मनुष्याची शक्ति कमी होते. वेळीं जेवणांत साखर नसल्यास चालेल, पण मिठावांचून स्वयंपाक अगदीं फिका व बेचव होतो. म्हणून स्वयंपाकक्रियेंत मीठ अवश्य पाहिजे. गुजराथेंत मिठाला सबरस म्हणतात. तें यथार्थ होय.

जमिनीच्या मिठापेक्षां पाण्यापासून झालेलें मीठ आरोग्यकारक होय. म्हणून पाकक्रियेंत हेंच मीठ असेल तर चांगलें. मीठ पांढरें स्वच्छ असेल तर फारच चांगलें. तेणेंकरून पदार्थ स्वच्छ होतात.

---

२ मिरची.

स्वयंपाकक्रियेंत मिरचीचा दुसरा नंबर आहे ह्मणण्यास चिंता नाहीं. कारण, गरीबांचा भोजनसमारंभाचा निर्वाह बहुतेक मिरचीवर अवलंबून असतो. कांहीं नसलें, आणि मिरची तेवढी असली, तरी गरीबांचें कावलण होतें. मिरची रुचि उत्पन्न करणारी आहे.

भाजीपाल्यांत तिखट नाहीं तर स्वयंपाक फिका होतो. शाकभाजी- बांचून नुस्तें गोड पक्वान्नांचें जेवण कंटाळवाणें होतें, म्हणून मिरचीचें साह्य थोडें तरी भोजनपदार्थांत पाहिजे. पण फार मिरची पदार्थांत घालून खाणें मात्र चांगलें नाहीं. तिखट खाणें जरी मनुष्यास शक्तिवर्धक आहे, तरी तें फार खाणें रोगमूलक आहे. तिखट खाणें तें प्रकृतीस सोसेल इतकें खावें. हायहाय करीत तिखट खाणें उष्णकारक, मूळव्याध उत्पन्न करणारें—रक्त पाडणारें होतें.

तरी अगदींच तिखट नाहीं, असें अव्वल कोंकणी जेवण, व गुजराथचें मिळमिळीत सांबळें जेवण उपयोगी नाहीं. म्हणून पाकक्रियेंत मिरचीचा उपयोग बेतानें होत असावा. बेतानें म्हणण्याचें कारण मिरची फार उष्ण आहे म्हणून—शक्तीच्या मानानें असावी.

---

३ तांबडें तिखट.

वजनी एक शेर मिरची ह्मणजे ८० रुपये भार मिरच्या घेऊन ती उन्हांत चांगली वाळवून १० रुपये भार तेल चांगलें बिन वासाचें घालून चुलीवर चांगली परतावी. आणि नंतर त्यांत १० रुपये भार धणे आणि दहा रुपये भार मीठ घालून चांगलें कुटन बारीक करून ठेवावें. त्याचा वास न जाईल असे झांकून ठेवावें. आणि लागेल तसें घेऊन पदार्थांत घालावें.

---

४ भाज्यांत घालण्याकरितां मसाला.

८० रुपये भार मिरच्या.	१० रुपये भार मीठ.
८० रुपये भार धणे.	४० रुपये भार खोबरें.
४० भार तीळ.	५ तोळे लवंगा.
४ तोळे शहाजिरें.	४ तोळे दालचिनी.
४ तोळे वेलदाणे.	४ तोळे मिरें.
५ तोळे जिरें.	२ तोळे हिंग.
४ तोळे तमालपत्र.	२ तोळे दगडफूल.

१ तोळे हळद. १ तोळे जायपत्री.

हे सर्व पदार्थ वेगळाले तेलांत तळून कुटून बारीक करून मग सर्व एकत्र करून पुनः बारीक कुटून वास न जाईल अशा रीतीनें डब्यांत घालून हा मसाला ठेवावा. आणि गरज लागेल तेव्हां भाज्यांत घालावा. तो भाज्यांच्या प्रमाणानें बेतानें घालावा. जर तेलांत मसाला तळलेला असेल, तर भाज्यांस फोडणीही तेलाचीच द्यावी. कोणी मसाला तुपांत तळतात, तेव्हां भाज्यांस फोडणीही तुपाचीच द्यावी. परंतु तेलापेक्षां तुपाचा मसाला स्वादांत व खमंग-पणांत कमी होतो. तथापि रोगी अशक्त, पथ्यकारी असेल, तर त्यानें मात्र तुपाचा मसाला खावा. परंतु एरव्हीं तुपाचा मसाला खाण्यांत मोठासा अर्थ नाहीं. श्रीमंत लोक डौलाखातर केवळ तु-पाचा मसाला खातात, तें गौण आहे. मसाल्यांत कोणी कोणी शहाजिरें मात्र तळीत नाहींत, तसेंच कुटून घालतात.

---

९ काळा मसाला.

एक शेरभर ह्मणजे ८० भार मिरच्या घेऊन त्यांत अर्धा शेर ह्मण-जे ४० भार धणे, ४० भार खोबरें, ९ भार लवंगा, ४ भार शहा-जिरें, ९ भार जिरें, ९ भार तमालपत्र, २ भार नाककेशर, २ भार मिरें, २ भार हळकुंडें, २ भार दगडफूल, २ भार हिंग, ९ भार वेलदोडे सालीसकट, आणि १० भार तीळ, येणेंप्रमाणें पदार्थ १० भार तेलांत निरनिराळे परतून निरनिराळे बारीक कुटून पुढें एकत्र करून आणखी बारीक करावे आणि एरंडाचे निखारे तेलांत विझवून त्याची पूड करून सुमारें दहा भार या सर्व मसाल्यांत कालवून द्यावी. मिर-च्या कुटतांना त्यांत दहा भार मीठ घालावें. येणेंप्रमाणें काळा मसा-ला तयार झाल्यावर तो वास न जाईल अशा भांड्यांत किंवा डब्यांत भरून ठेवून द्यावा. आणि आमटी, सगळीं वांगीं, सगळीं तोंडलीं वगैरे पदार्थांत त्यांच्या बेतानें घालावा.

चटणी

६ कोथिंबिरीची व ओल्या मिरच्यांची.

दोन भार कोथिंबीर, दहा भार मिरच्या, एक मासा हिंग, एक तोळा चिंच आणि पांच भार ओलें निदान वाळलेलें खोबरें असे एकत्र वाटून वाढावी व तींत एक भार मीठ घालावें.

---

७ तिळाची चटणी.

गोडे तीळ दहा भार घेऊन त्यांत एक भार मीठ, एक भार चिंच, एक भार मिरच्या आणि दोन गुंजा हिंग घालून वाटून वाढावी.

---

८ खोबऱ्याची चटणी.

ओलें खोबरें दहा भार खोवून घ्यावें, त्यांत एक भार मिरची, एक भार मीठ, दोन गुंजा हिंग आणि दोन मासे आमसूल घालून वाटावी. ही चटणी खुबीदार होते. कोणी कोणी ओलें खोबरें नसल्यास वाळलेलेंही घेतात.

---

९ कढीलिंबाची चटणी.

कढिलिंबाचा ओला पाला दहा रुपये भार घेऊन त्यांत चार रुपये भार वाळल्या मिरच्या घालून तेलांत चुरचुरीत होई पर्यंत परतून तळाव्या, नंतर त्यांत एक भार चिंच व दोन भार वाळलें खोबरें घालून बारीक वाटून वाढावी. कोणी ही चटणी नुस्ती पूडही करतात. पाणी घालून न वाटतां कुटावी ह्मणजे पूड होईल.

---

१० हिरव्या आंब्याची चटणी.

आंब्याचा कीस दहा भार, ओल्या मिरच्या १ भार घेऊन त्यांत मीठ एक भार आणि हिंग एक गुंज घेऊन तें सर्वत्र एक ठिकाणीं वाटावें; ह्मणजे फार चांगली चटणी होते.

---

११ जवसांची चटणी.

जवस दहा भार निवडून घेऊन ते खरपूस भाजून त्यांत एक भार मीठ व दोन भार तिखट तांबडें घालून कुटून भुकटा करून ठेवावा. ही उत्तम चटणी होते. चांगल्या घट्ट दह्यांत कालवून ह्या भुकट्यास तेलाची फोडणी दिली असतांही उत्तम होईल.

---

१२ ओल्या चिंचेची चटणी.

ओल्या चिंचा दहा भार घेऊन त्यांत दीड भार मीठ, व दोन भार तिखट, तीन मासे जिरें, दोन गुंजा हिंग घालून वाटावें. कढईत किंवा तव्यावर घालून परतल्यास फारच चांगलें.

---

१३ कवठाची चटणी.

पिकलें कवठ असल्यास भाजण्याचें कारण नाहीं. हिरवें असल्यास फुपाट्यांत घालून भाजावें, त्याचा मगज सुमारें पांच भार, दीडभार तिखट तांबडें, एक भार मीठ, मासाभर जिरें, गुंजभर हिंग—एकत्र घालून पाट्यावर वाटून सुमारें तीन भार गूळ घालून कालवून वाढावी.

---

१४ आवळ्यांची चटणी.

आवळे दहा भार घेऊन भाजून बीं काढून टाकावें, त्यांत मीठ एक भार, दीड भार तिखट, गुंजभर हिंग व दोन मासे जिरें घालून वाटावें.

---

१५ आमसुलाची चटणी.

सहाभार आमसुलें भिजत घालावीं. भिजल्यावर बीं काढून टाकून त्यांत वाटल्यावर तीन भार साखर घालून व एक मासा मीठ घालून तीं दह्यांत कालवून जिरें व हिंग घालून तुपाची फोडणी द्यावी. ही चटणी फारच उत्तम लागते.

---

१६ हारभऱ्याच्या डाळीची चटणी.

दहा भार हरभऱ्याची डाळ भिजत घालावी, भिजल्यावर वाटते-वेळीं एक भार मीठ, दोन भार तिखट, मासाभर जिरें, गुंजभर हिंग, तीन मासे चिंच, तीन मासे वाळल्या खोबऱ्याचा कीस घालून एकत्र वाटावें, म्हणजे उत्तम चटणी होईल.

---

१७ कांकडीची कोशिंबीर.

पांच भार कांकडी चोंचून बारीक चिरावी, किंवा किसावी, साल काढून तो कीस मीठ मासाभर घालून चिरून पिळून पाणी काढून टाकावें. नंतर आठ भार दह्यांत एक भार मीठ, चार मासे हिरव्या मिरच्यांचे बारीक तुकडे व मासाभर कोथिंबीर आणि चार मासे मोहऱ्या बारीक वाटून त्याला लावून सर्व मिसळून वाढावी.

---

१८ मुळ्यांची कोशिंबीर.

पांचभार मुळ्यांचा कीस घेऊन स्वच्छ पांढरा निघेल असा धुऊन टाकावा, मग त्यांत आठभार दहीं, एकभार मीठ, हिरव्या मिरच्यांचे दोनभार तुकडे, व तीनमासे मोहरी पूड करून ते सर्व एकत्र कालवून वाढावी.

---

१९ जांबांची कोशिंबीर.

पांचभार जांब बारीक चिरून घेऊन त्यांत सहाभार दहीं, तीनभार साकर, व दोन मासे मोहऱ्याची पूड, एकमासा चवीस्तव मीठ असे एकत्र कालवून वाढावी.

---

२० पिकल्या केळ्यांची कोशिंबरि.

केळीं गोल चकत्या चिरून पांचभार घ्यावीं, त्यांत तीनभार साकर आणि सहाभार दहीं कालवून वाढावी.

---

२१ पोपनिसाची कोशिंबीर.

पोपनीस सोलून त्याच्या पांचभार पाकळ्या घेऊन त्यांत चारभार साकर, व सहाभार दहीं लावून मासाभर विलायचीची पूड घालून कालवून वाढावी.

---

२२ अननसाची कोशिंबीर.

अननस सोलून पांचभार घ्यावें. व त्यांत सहाभार साकर, सहा भार दहीं, मासाभर वेलचीची पूड कालवून एकत्र वाढणें.

---

२३ पिकल्या खारकांची कोशिंबीर.

पांचभार खारका घेऊन बीं काढून बारीक चिरून घ्याव्या. त्यांत तीनभार साकर व सहाभार दहीं, मासाभर वेलचीची पूड घालून एकत्र करून वाढणें.

---

२४ ओल्या खोबऱ्याची कोशिंबीर.

खोबरें ओलें पांचभार चोवून घेऊन त्यांत आठभार दहीं व चारभार साकर, मासाभर वेलचीची पूड घालून कालवून वाढावी.

---

२५ केळफुलाची कोशिंबीर.

केळफूल निवडून घेऊन पांच भार बारीक चिरावें, त्यांत पाणी घालून चुलीवर ठेवून उकडून घ्यावें. मग पिळून दोन चार वेळां पाण्यानें स्वच्छ धुऊन त्यांत आठ भार दहीं, एक १ भार मीठ, तीन मासे मोहरीची पूड आणि गुंजभर हिंग लावून एकत्र कालवून वाढावी.

---

२६ काल्याची कोशिंबीर.

केळीच्या गर्भांतलें कालें काढून बारीक चिरून पाण्यांत टाकावें आणि चिपाडाचें बुरखुंड घेऊन त्यानें तें पाणी घुसळावें; हणजे केंस निघून जाऊन फोडी वेगळ्या होतात. मग त्या फोडी चुलीवर

ठेवून उकडून घेऊन खालीं काढल्यावर स्वच्छ धुवाव्या; त्यांत आठभार दहीं, एकभार मीठ, तीन मासे ओल्या मिरच्यांचे तुकडे, दोन मासे मोहऱ्यांची पूड लावून कालवून वाढावें.

---

२७ आळवाच्या देंठीचें रायतें.

आळवाचे देंठ निवडून घेऊन चिरून, उकडून पाण्यानें स्वच्छ धुऊन दहाभार घ्यावे.व ते पाणी पिळून टाकावे.त्यांत बाराभार दहीं, दीडभार मीठ, तीन मासे मोहऱ्यांची पूड, व दोन मासे ओल्या मिरच्यांचे तुकडे घालून एकत्र कालवून वर हिंग, जिरें घालून तेलाची फोडणी द्यावी; ह्मणजे उत्तम देंठींचें रायतें होतें.

---

२८ ईडालिंबाचें रायतें.

लिंबांची साल काढून फोडी करून चुलीवर कल्हईचें भांडें ठेवून फोडणी द्यावी; त्यांत दहाभार पाणी, पावशेर गूळ, एकभार मीठ, दोनभार तांबडें तिखट येणेंप्रमाणें घालून चार कढ येईपर्यंत शिजवून नंतर खालीं घेऊन वाढावें.

---

२९ हरपररेवड्यांचें रायतें.

हरपर रेवड्या उकडून घेऊन आंतील बिया काढून टाकून सुमारें सहाभार घेणें व ह्यांत आठभार दहीं, तीनमासे मोहऱ्यांची पूड, एकभार मीठ, मासाभर हिरव्या मिरच्यांचे तुकडे घालून कालवून हिंगजिऱ्यांची फोडणी तेलाची देणें.

---

३० कारल्यांचें रायतें.

कारलीं बारीक चिरून दोन मासे मीठ लावून चुरून घेणें व सुमारें सहाभारास आठभार दहीं, तीनमासे मोहऱ्यांची पूड, एकभार मीठ, गुंजभर हिंग भाजून लावून जिऱ्यांची फोडणी देणें.

---

३१ महाळुंगांचें रायतें.

१९ लिहिलेल्या [illegible] प्रमाणें करावें.

---

३२ बटाट्यांचें रायतें.

बटाटे उकडून साल काढून बारीक चिरून सुमारें दहा भारांस बाराभार दहीं, तीनभार मोहऱ्यांची पूड, एकभार मीठ, व एक भार ओल्या मिरच्यांचे तुकडे एकत्र कालवणें व वरून हिंगमिरें घालून तेलाची फोडणी देणें.

---

३३ तांबड्या भोपळ्याचें रायतें.

भोपळ्याची साल काढून चिरून तो उकडून घ्यावा, पिळून टाकावी. सुमारें सहाभार भोपळ्यांत आठभार दहीं, दोनमासे मोहऱ्यांची पूड, एकभार मीठ घालून एकत्र कालवून हिंगमिरें घालून तेलाची फोडणी द्यावी.

---

३४ दुध्या भोपळ्याचें रायतें.

दुध्या भोपळ्याची साल काढून बारीक चिरून उकडून आणि सुमारें सहाभार घेऊन, त्यांत आठभार दहीं, एकभार मीठ, दोनमासे मोहऱ्यांची पूड व हिंगमिरें घालून तुपाची फोडणी देणें.

---

३५ ओल्या आवळ्यांचें रायतें.

दहावीस आवळे घेऊन उकडून आंतील बीं काढून, त्यांत आदपाव दहीं, दोनभार मीठ, व एकभार मोहऱ्यांची पूड घालून कालवून हिंगजिरें घालून तेलाची फोडणी देणें.

---

३६ हिरव्या आंब्यांचें रायतें किंवा गोड लोणचें.

आंबे साली काढून बारीक चिरावे. दहाभार फोडी घेऊन चुलीवर भांडें ठेवून फोडणीस टाकणें. त्यांत दीडभार मीठ, दोनभार

तिखट, मासाभर हळद व द९ ...र पाणी आणि पावशेर गूळ घालून चार कढ येईपर्यंत शिजविणें. मग खा... ...रून वाढणें.

---

३७ ओल्या मिरच्यांचें भरीत.

मिरच्या चारभार घेऊन भाजून देंठ काढून कुसकराव्या, त्यांत चक्कादहीं सहाभार घालून अर्धाभार मीठ, मासाभर कोथिंबीर, तीन-मासे ओल्या खोबऱ्याचा खोव घालून हिंगजिरें घालून फोडणी सुमारें चारमासे तेलाची द्यावी.

---

३८ कणगर नामक कंदाचें भरीत.

कणगर भाजून साल काढून त्याचा मगज पांचभार घेऊन त्यांत आठभार दहीं, एकभार मीठ, दीडभार तिखट, एक मासा कोथिंबीर, चारभार ओल्या खोबऱ्याचा चोंव, व एकमासा ओल्या मिरच्यांचे तुकडे, गुंजभर हिंग भाजून लावून जिरें एक मासा, तूप चारमासे याची फोडणी देणें व मग वाढावें. कणगर फुपाट्यांत भाजणें.

---

३९ भेंड्यांचें भरीत.

भेंड्यां फुपाट्यांत भाजून देंठ काढून सुमारें ९ भार घेऊन त्यांत दहीं आठभार घालून तिखट एकभार, अर्धाभार मीठ, कोथिंबीर एक मासा व हिंग गुंजभर भाजून लावून जिरें, मोहऱ्या घालून तेलाची फोडणी देणें.

---

४० कारल्यांचें भरीत.

कारलीं फुपाट्यांत भाजून देंठ काढून सुमारें पांचभार घ्यावीं. त्यांत आठभार दहीं, दीडभार तिखट, एकभार मीठ, दोनमासे कोथिंबीर, व दोनभार ओल्या खोबऱ्याचा चोंव इतके घालून एकत्र कालवावें, आणि हिंगजिऱ्यांची फोडणी देणें.

---

४१ वांग्यांचें भरीत.

मोठीं वांगीं भाजून साल काढून अर्धा शेर घ्यावीं. व तीं अडीचपाव दहीं घालून कालवावीं, मीठ एक भार, तिखट दीडभार, हिरव्या मिरच्यांचे तुकडे मासे दोन, कोथिंबीर दोन मासे, आणि ओलें खोबरें खोऊन ५ भार घालावें. नंतर तें सर्व एकत्र हिंगजिरें घालून तुपाची फोडणी द्यावी. व वाढावें.

---

४२ घोसाळ्यांचें भरीत.

घोसाळ्यांची साल काढून चिरून बारीक तुकडे पावशेर घ्यावे. व ते झांकण ठेवून शिजवावे. त्यांत पाणी घालूं नये. पाणी भरलेलें झांकण ठेवावें. शिजल्यावर काढून घ्यावें. फोडी पिळून घेऊन त्यांत दहीं दीडपाव घालावें. कोथिंबीर दोनमासे, दोनमासे हिरव्या मिरच्यांचे तुकडे, तिखट एक भार, व मीठ अर्धाभार घालून हिंगजिऱ्यांची फोडणी देऊन वाढावें.

---

४३ बटाट्यांचें भरीत.

बटाटे वीसभार घेऊन उकडून सोलून कुसकरून बाकी सर्व कृति घोसाळ्याप्रमाणें करावी.

---

४४ हरभऱ्याच्या डाळीचें डांगर.

हरभऱ्याची डाळ खरपूस भाजून जाडसर दळावी, ती सुमारें पांच भार घेऊन एक भार तिखट, अर्धा भार मीठ; व दोन मासे कोथिंबीर हे सर्व दहाभार दह्यांत कालवून त्याला हिंगजिरें घालून तेलाची फोडणी देणें.

---

४५ उडदांच्या पिठाचें डांगर.

मुगांच्या पिठाचें डांगर, व फुटाण्यांचें डांगर ह्यांची सदहू वर लिहिल्या हरभऱ्याच्या पिठाच्या डांगरा प्रमाणेंच सर्व कृति समजावी.

भुईमुगांच्या शेगांचें डांगरही [illegible] कृतीप्रमाणें करणें. ते जे, शेंगादाणे भाजून कुटून तयार झाल्यावर बाकी कृति वरच्या प्रमाणें सर्व आहे.

---

४६ मेथकूट.

पक्का पावशेर हरभऱ्याची डाळ, अर्धा पाव गहूं एक छटाक उडदाची डाळ, व छटाक तांदूळ,ह्या चारी जिनसा खरपूस भाजणें,व कढईंत घालून नंतर दळावयाचे वेळीं त्यांत मसाला घालावयाचा तो-अर्धा तोळा हिंग, चार मासे जिरें, मासाभर दालचिनी, चार मासे लवंगा, दोन मासे सुंठ, एकभार धणे, ९ भार मिरच्या, एक भार मोहऱ्या, आणि हळद एकभार-ह्या साऱ्या जिनसा एकत्र त्याच कढईंत साधारण भाजून-काढून घेऊन-सदर्हू वर सांगितल्या चार जिनसांबरोबर एकत्र करून दळणें. ह्मणजे उत्तम मेथकूट तयार होईल. पुढें वाढते वेळीं चार सहा भार मेथकूट घेऊन तें दह्यांत कालवून त्यांत अर्धा भार बारीक करून मीठ घालून वाढणें.

---

४७ पंचामृत.

ओल्या मिरच्या पांच भार बारीक चिरून घेणें, पांच भार शेंगांचे दाणे भिजत घालून सोलून घेणें, गोडे तीळ चार भार, हे भाजून बारीक वाटून घेणें, मासाभर हिंग, दोन मासे जिरें, चार मासे धणे, मासाभर दालचिनी, दोन मासे लवंगा, मासाभर शहाजिरें, मासाभर विलायची, दोन मासे हळकुंडें, ह्या जिनसा कढईंत तळून घेऊन बारीक वाटून घेणें, व सहा भार चिंच भिजवून कुसकरून त्याचें पाणी काढून घेऊन चुलीवर कल्हईचें स्वच्छ पातेलें ठेवून त्यांत एक भार तेल घालून चार मासे मोहऱ्या, गुंजभर हिंग घालून फोडणी करून त्यांत वर सांगितलेले मिरच्यांचे तुकडे टाकावे. मग ते तुकडे लाल होईपर्यंत ढवळावे, मग भिजलेले व सोललेले दाणे त्यांत टाकावे, आणि चिंचेचें पाणी टाकावें. आणि वाटलेल्या मसाल्याचा गोळाही त्यांत गरम पाण्यांत कालवून घालावा. वर दोन भार बा-

भार ओल्या नारळाचा चोंव घालून
शेक केलेलें मीठ, आणि पांच नंतर खालीं उतरून निवाल्यावर वा-
चार कढ येईपर्यंत शिज[illegible] [illegible]मृत होईल.
ढावें. हें [illegible]

---

४८ हरभऱ्याची डाळ.

हरभऱ्याची डाळ सुमारें दहाभार भिजत घालून भिजल्यावर रोवळींत निथळत ठेवून नंतर हिरव्या आंब्याचा चोंथा किसून घेऊन, एकभार मीठ, एकभार तिखट, तीन मासे हळद, दोन मासे कोथिंबीर, गुंजभर हिंग भाजून लावणें, आणि हे सर्व एकत्र कालविणें आणि वाढणें; यास ओली डाळ असें ह्मणतात. आंब्याचा कीस न मिळाल्यास लिंबू पिळावें.

---

४९ मुगाची ओली डाळ.

मुगाची ओली डाळ करणें झाल्यास वरच्याचप्रमाणें सर्व कृति करावी.

---

५० हरभऱ्यांची परतलेली डाळ.

हरभऱ्याची दाळ सुमारें दहाभार घेऊन भिजवून रोवळींत निथळून घेऊन ओला नारळाचा चोंथा सुमारें दहाभार घेऊन दोनभार तिखट, एकभार मीठ, तीन मासे हळद, दोन मासे कोथिंबीर हे सर्व एकत्र करून कढईत सुमारें पांच मासे तेल, दोन मासे मोहऱ्या, गुंजभर हिंग घालून वरील एकत्र केलेली डाळ त्यांत फोडणीस टाकून परतावी. दोन वाफा येईपर्यंत चुलीवर ठेवून नंतर वाढावी.

---

५१ लिंबूं.

लिंबू हें फळ आहे. परंतु भोजनांत याचा उपयोग फार आहे. हें स्वादिष्ट आणि सारक असून अन्नपचन करणारें आहे; ह्मणून हें भोजनांत अवश्य ग्राह्य आहे. मीठ पात्रावर वाढल्याबरोबर त्या

शेजारींच लिंबाची फोड वाढण्याची चाल आहे, आणि ही चाल सयुक्तिक आहे. प्रथम वरणभात काल्व्यानंतर त्यांत लिंबू पिळण्याची चाल आहे. आणि मग कालविलेल्या भातांत तूप घालून भक्षणास आरंभ होतो. ही चाल आरोग्यशास्त्राच्या आधारानेंच पडलेली आहे. कारण, वरणभात आणि तूप व लिंबू हे पदार्थ एकत्र भक्षिल्यानें पित्तशामक, उष्णवातशामक असें शरीरांत होऊन, त्यापासून सारक शक्तिही कोठ्यांत उत्पन्न होते; ह्मणून भोजनांत लिंबू हें अवश्य भक्षणांत असावें. लिंबाचें लोणचेंही खाण्यास उत्तम आहे. लोणच्याची कृति पुढें सांगितली आहे.

---

५२ आलें.

लिंबू जसें भोजनांत उपयोगी व स्वादकारक आहे, तसेंच आलेंही आहे. आल्याची चटणी चांगली होते. आलें लोणच्यांतही मोठें नामी लागतें. हें शैत्यहारक, सारक व पाचक आणि स्वाददायक आहे; ह्मणून आल्याचा उपयोग भोजनांत अवश्य करावा. कित्येक कोशिंबिरींस, रायत्यांस आलें लावितात. आणि कढींतही आलें घालितात. आलें घालून कढी वगैरे पदार्थ सेवन केले असतां ते रोग्यासही बाधत नाहींत.

---

५३ लिंबांचें लोणचें.

जून झालेलीं व गाभोळलेलीं अशीं शंभर लिंबें घेऊन चौकोनी चिरावीं. परंतु चार तुकडे वेगळे करूं नयेत. चार फांकी-चिरावीं. नंतर त्यांत मसाला भरावा. तो मसाला असा.--अच्छेर मेथ्या घेऊन तेलांत तळाव्या. हिंग दोन भार घेऊन तेलांत तळावा. त्याचप्रमाणें अर्धपाव हळकुंडें तेलांत तळावीं. आणि अर्धपाव मिरच्याही तेलांत तळाव्या. नंतर हे सर्व जिन्नस निरनिराळे बारीक कुटून एकत्र करावे. आणि त्यांत अच्छेर मीठ बारीक करून मिसळावें. ह्याप्रमाणें हा मसाला त्या चिरलेल्या लिंबांत भरून लिंबें बरणींत अगर ढाखलोत्यांत भरून ठेवून तोंड बांधून चांगलें झांकण ठेवून

द्यावें. हें लोणचें दोन तीन महिन्यांनीं चांगलें मु..न, खाण्यास लाय-
क होतें; आणि तीन तीन वर्षेपर्यंत टि..तें. लिंबांचें लोणचें जि-
..कें जुनें होईल, तितकें चां..., अशी पुष्कळांची समजूत असून ती
पुष्कळ अं... ...ई. यांत आलेंहा घालतात.

---

९४ लिंबांचें चालतें लोणचें.

चालतें लोणचें ह्मणजे थोडे दिवस खाण्यास टिकणारें, हें लोणचें ताजेंच खाण्यास चांगलें. आठ चार दिवसांनीं बिघडतें; ह्मणून याला चालतें लोणचें असें नांव दिलें आहे. याची कृति अशी–लिंबें चहुं-फांकी पहिल्या लोणच्या प्रमाणेंच चिरून–व लिंबांच्या यत्तनें पूर्वी सांगितल्या प्रमाणेंच मसाला तयार करून तुपांत तळून बारीक करून ठेवावा. नंतर कल्हईचें पातेलें चुलीवर ठेवून त्यांत लिंबांच्या अदमासानें तूप घालून मोहऱ्या व हिंग घालून फोडणी द्यावी. नंतर लिंबें आसडून ह्मणजे खालवर फिरवून मग झांकण ठेवून मंदाग्नीची आंच द्यावी. वाफ आल्यावर त्यांत मसाला व बारीक केलेलें मीठ लिंबांच्या अदमासानें घालून एक कढ येईपर्यंत चुलीवर ठेवून मग खालीं उतरून ठेवावें आणि वाढावें.

---

९५ आंब्यांचें लोणचें.

आंबे चांगले झालेले आंत कोईधरलेली, असे आंबट व मऊ न झालेले आणि उन्हानें गरम झाले नाहींत असे झाडावरील काढून ताजे-च आहेत, तोंपर्यंत चिरून आंतील कच्चा कोई टाकून देऊन फोडी कराव्या, नंतर त्या फोडी मसाल्यांत घालून मिसळून बरणीं-त भरून ठेवाव्या; मसाला येणेंप्रमाणें: सुमारें पांचशेर वजनी फोडी असल्यास शेरभर मीठ घ्यावें; अर्धा शेर मोहरी, अर्ध पाव हळ-द, एक तोळा हिंग, पावशेर मिरच्या, मीठ बारीक करावें, मिरच्या बारीक कराव्या, मोहरी भरडून पाखडून त्याची डाळ होईल ती-ही जाडसर दळून घ्यावी; मग ती मोहऱ्याची पूड एक दिवस

भिजत घालावी; दुसरे दिवशीं मोहरी ताकांत खूप चढेपर्यंत घुसळावी; मग मिठासहित [illegible] केलेला वर सांगितलेला मसाला फोडींत मिसळून त्या सर्व फोडी [illegible]ल्यासहित बरणींत घालून त्यांवर घुसळलेले मोहरीचें पाणी ओतावें; [illegible] तिळासाचें तेल पावशेर घेऊन मासाभर हिंग व तोळाभर मोहरी घालून [illegible] करून त्यांत ओतून चांगलें खालवर हालवून मग बरणीस चांगलें झांकण घालून तोंड बांधून ठेवून द्यावें; आठचार दिवसांनीं सोडून हालवून फोडी खालवर होतील अशा रीतीनें हलवून ठेवून द्यावें. महिना पंधरा दिवसांपासून हें लोणचें खाण्यास आरंभ करितात. आंब्यांचें लोणचें वर्ष दोन वर्षेंपर्यंत देखील चांगलें राहतें. मात्र पहिली मृगशीतलाई झाल्यावर लोणचें घालावें.

---

५६ आंब्यांचें चालतें लोणचें.

शेरभर आंब्यांच्या फोडी घ्याव्या, चुलीवर कल्हईचें पातेलें ठेवून त्यांत दोन भार तेल किंवा तूप घालून दोन मासे मोहरी व दोन मासे हळद घालून फोडणी करावी; नंतर त्या फोडी फोडणीस घालून एक वाफ येऊं द्यावी; नंतर पांच रुपये भार मागें सांगितल्याप्रमाणें मसाला, आणि दोन भार मीठ व अच्छेर सुमारें गूळ घालून चांगला कढ येईपर्यंत शिजवून मग खालीं उतरून वाढावें. हें लोणचें आठचार दिवस टिकतें.

---

५७ इतर पदार्थांचीं लोणचीं.

करवंदें, आलें, ईडलिंबें, मिरच्या, भोकरें, हरपररेवड्या, करकेब, वगैरे पदार्थांचीं लोणचीं तूर्तातूर्त खाण्याकरितां चांगलीं स्वादिष्ट होतात. खारका, चवळीच्या शेंगा, पठारीच्या शेंगा यांचींही लोणचीं होतात. पण हे नुस्ते बारीक प्रकार व किरकोळ लोणचीं आहेत. मुख्य लोणचीं दोनचः आंब्यांचें व लिंबांचें.

पहिला भाग समाप्त.

पाकदर्पण,

अथवा

महाराष्ट्रीय स्वयंपाकशास्त्र.

भाग दुसरा.

शाकभाज्या.

१ बटाट्यांची भाजी.

बटाटे अर्धशेर घेऊन उकडून वरील साळपटें काढून टाकून चिरावे; नंतर एकभार मीठ, दीडभार मसाला, आणि ओल्या खोबऱ्याचा चोंव चार भार व कोथिंबीर एकभार घालून कढई चुलीवर ठेवावी. त्यांत दोनभार तूप किंवा तेल टाकून हिंग दोन गुंजा, मोहऱ्या मासाभर घालून फोडणी द्यावी. आणि चांगली झाऱ्यानें किंवा उलथण्यानें परतून ती वाढावी.

दुसरा प्रकार—साधी भाजी.

बटाटे अर्धाशेर घेऊन चिरून दोनभार तांबडें तिखट किंवा काळा मसाला घालून एकभार मीठ घालून आणि खोबऱ्याचा चोंव दोन भार व कोथिंबीर एकभार घालून तेलांत किंवा तुपांत फोडणी करावी. बेताचें पाणी—ह्मणजे बटाटें शिजतील इतकें बेताचें पाणी घालावें. आणि शिजल्यावर वाढावी.

---

२ कोबीच्या कांद्याची भाजी.

कोबीचा कंद बारीक अर्धाशेर चिरून घ्यावा. त्यांत भिजलेली हरभऱ्याची डाळ पांचभार घालून मीठ एक भार, मसाला दोन भार,

ओल्या खोबऱ्याचा चोंव चार भार, कोथिंबीर एक भार घालून दोन भार तुपांत किंवा तेलांत हिंग मोहऱ्या घालून फोडणी द्यावी. आणि पाण्यानें भरलेलें भांडें वर झांकण ठेवून खूप वाफ येईपर्यंत शिजूं देऊन मग खालीं उतरून वाढावी.

---

३ फणसाची भाजी.

जून फणस फोडून गरे काढावे. गऱ्यांतील बिया ठेंचून त्यांवरील पाचोळा काढून त्या गऱ्यांत मिसळाव्या. नंतर बारीक चिरून अर्धाशेर घेऊन दीडभार मीठ, दोन भार तांबडें तिखट, चार भार खोबऱ्याचा चोंव, एकभार कोथिंबीर इतके एकत्र करून तेलांत किंवा तुपांत फोडणी देऊन सुमारें चार भार पाणी घालून शिजूं द्यावी. मग काढावी.

---

४ घोंसाळ्यांची भाजी.

घोंसाळीं बारीक चिरून—त्यांत हरभऱ्याची डाळ भिजलेली घालून—तेलांत किंवा तुपांत फोडणी द्यावी. फोडी अर्धाशेर असल्यास एकभार मीठ, दोनभार मसाला, दोन भार खोबऱ्याचा चोंव व कोथिंबीर एकभार घालून पाण्यानें भरलेलें भांडें वर झांकण ठेवून चांगली खालवर येईपर्यंत शिजूं द्यावी; मग खालीं उतरून काढावी.

---

५ हिरव्या केळांची भाजी.

केळांची साल काढून तीं चिरावीं, अर्धाशेर फोडी असल्यास दोन भार मसाला, एकभार मीठ, दोनभार खोबऱ्याचा चोंव व एकभार कोथिंबीर घालून तेलांत किंवा तुपांत फोडणी द्यावी. दोनभार पाणी घालून शिजूं द्यावी. मग वाढावी.

---

६ पडवळांची भाजी.

पडवळांच्या चकत्या चिरून अर्धाशेर घ्याव्या, त्यांत भिजलेली

हरभऱ्याची किंवा तुरीची डाळ चारभार घालावी; एक भार मीठ, दोनभार मसाला, एकभार खोबऱ्याचा चोंव, कोथिंबीर घालून फोडणी द्यावी. वर पाण्यानें भरलेलें भांडें झांकण ठेवावें. शिजल्यावर वाढावी.

---

७ दुध्या भोपळ्याची भाजी.

दुध्याभोपळा साल काढून बारीक चिरावा, त्यांत मुगाची डाळ भिजलेली अर्धाशेर भोपळा असल्यास चारभार घालावी. मीठ एक भार, मसाला दीडभार, खोबऱ्याचा चोंव दोनभार घालून कोथिंबीर घालावी, आणि फोडणी द्यावी. वर पाण्यानें भरलेलें भांडें झांकण ठेवून शिजूं द्यावी.

---

८ तोंडल्यांची भाजी.

तोंडलीं उभीं चारफांकी चिरावीं. दोनभार मसाला, एकभार मीठ, दोनभार खोबऱ्याचा चोंव घालून फोडणी तेलांत किंवा तुपांत द्यावी. पाण्यानें भरलेलें भांडें झांकण ठेवून शिजूं द्यावी.

---

९ दोडक्यांची भाजी.

दोडक्यांच्या साली काढून फोडी उभ्या चिराव्या, त्यांत हरभऱ्याची भिजलेली डाळ अर्धाशेर फोडींस चारभार ध्यावी. दोनभार मसाला, एकभार मीठ, दोनभार खोबऱ्याचा चोंव घालून फोडणी तेलाची किंवा तुपाची द्यावी. पाण्यानें भरलेलें भांडें झांकण ठेवून शिजूं द्यावी.

---

१० कारल्यांची भाजी.

कारलीं चांगलीं कोंवळीं घेऊन चकत्या चिरून अर्धाशेर घ्यावीं. थोडें मीठ लावून त्या चकत्या चांगल्या कुसकरून साफ पिळून त्याचे निघेल तेव्हढें पाणी काढून टाकावें. नंतर एकभार मीठ, दोनभार

मसाला, चारभार खोबऱ्याचा चोंव, इत्यादि घालून चारभार तेलांत हिंग मोहऱ्या घालून फोडणी करावी. चांगली चुरचुरीत होईपर्यंत कढईंत ही भाजी परतावी. मग वाढावी.

---

११ मसाल्याचीं कारलीं.

अर्धाशेर कारलीं घेऊन वांग्याप्रमाणें चौफांकी चिरून साहामासे मीठ बारीक करून त्यांत भरून पुचंडी करून दडपून ठेवावीं. ह्मणजे त्यांतील कडवट पाणी निघून जाईल, व दीडभार मसाला, दीडभार मीठ घालून बारीक वाटून तयार करावा. त्यांत दोनभार चिंचेचा बळक घालावा, दोनभार गुळ घालावा, आणि हे सर्व मसाल्यासह एकत्र कालवून त्या कारल्यांत भरावे. नंतर चारभार तेलांत हिंग मोहऱ्या बेतानें घालून फोडणी द्यावी. खोबऱ्याचा चोंव एकभार, एकभार कोथिंबीर व पांचभार पाणी घालून मंद अग्नीवर शिजूं द्यावीं. अंगाबरोबर रस आहे असें पाहून खालीं उतरून वाढावीं.

---

१२ वांग्यांची भाजी.

वांगीं अर्धा शेर घेऊन देंठ काढून फोडी करून चिरावीं. त्यांत दीडभार मसाला, एकभार मीठ, दोनभार खोबऱ्यांचा चोंव व कोथिंबीर घालून तेलांत हिंगमोहऱ्या घालून फोडणी द्यावी. चारभार पाणी किंवा सहाभार पाणी घालून मंदाग्नीवर शिजूं द्यावीं. पाणी अंगासरसें ठेवून खालीं उतरावी.

---

१३ सगळीं वांगीं.

वांगीं कोंवळीं व ताजीं आणि लहान लहान घेऊन चौफांकी चिरावीं. देंठ थोडे थोडे ठेवावे. अच्छेर वांग्यांत सुमारें दोनभार मसाला आणि दीडभार मीठ घेऊन कारल्याप्रमाणें भरावी. आणि च्यारभार खोबऱ्याचा चोंव व सहा मासे चिंच व एकभार गूळ घालून चारभार तेलांत फोडणी द्यावी. पाणी पांच

...भार घालून मंदाग्नीवर शिजूं द्यावी. नंतर अंगाबरोबर रस राहिला असें पाहून खालीं उतरावीं.

---

१४ मसाल्याचीं तोंडलीं.

सर्व कृति सगळ्या वांग्यांप्रमाणें.

---

१५ घेवड्याच्या शेंगांची भाजी.

अर्धा शेर शेंगांच्या दोहीकडचे देंठ, शिरा, अग्र वगैरे काढून शेंगा मधोमध पिंजून मोडून घ्याव्या व एकभार मसाला, मीठ, ओल्या खोबऱ्याचा चोंव घालून तेलांत फोडणी देऊन सुमारें चार भार पाणी घालून भाजी शिजूं द्यावी.

---

१६ मुळ्यांच्या शेंगांची भाजी.

सदर्हू वर लिहिलेल्या घेवड्यांच्या शेंगांप्रमाणें.

---

१७ वालपापडीच्या शेंगा. सदरप्रमाणें कृति.
१८ गवारीच्या शेंगांची भाजी. वर प्रमाणें.
१९ हदग्याच्या शेंगांची भाजी. सदर प्रमाणें.
२० चवळीच्या शेंगांची भाजी. वर लिहिल्याप्रमाणें.

---

२१ शेवग्याच्या शेंगांची भाजी.

शेवग्याच्या शेंगा कोंवळ्या घेऊन त्यांचे चार बोटें लांबीचे तुकडे करून चिराव्या. व एकशेर सुमारें घेतल्यास, दीडशेर पाण्यांत घालून उकडून घ्याव्या, मऊ झाल्या म्हणजे काढून घेऊन दोन भार तांबडें तिखट, दोन भार मीठ, जिऱ्यामिऱ्यांची पूड एकमासा, खोबऱ्याचा चोंव चारभार, हळद दोन मासे, येणेंप्रमाणें मिसळूण त्यांला लावून तेलांत खरपूस फोडणी द्यावी. आणि पांचभार सुमारें हरभऱ्याच्या डाळीचें पीठ पाण्यांत कालवून तें पाणी त्यांत घालून शिजूं द्यावें. भाजी उत्तम होते.

२२ भेंड्यांची भाजी.

भेंड्या देंठ काढून आंगुळभर जाडीच्या चिरून फोडी करून तुपांत फोडणी द्यावी. अच्छेर भेंड्यांस दीडभार तांबडें तिखट, एकभार मीठ घालावें. पाण्याबद्दल अर्धपाव ताक घालून शिजूं द्यावें. ताक न मिळाल्यास दोनभार चिंचेचा बळक घालावा, अथवा हे दोन्ही आंबट पदार्थ न घालतां, भेंड्यांच्या फोडी नुसत्याच तेलांत परताव्या व चांगली वाफ येऊं देऊन शिजूं द्याव्या म्हणजे चुरचुरीत होतील.

---

२३ करटुल्यांची भाजी.

कारल्यांच्या चकल्यांच्या भाजीप्रमाणें करावी.

---

२४ परवरांची भाजी.

परवरें चांगलीं कोंवळीं घेऊन चार फांकी उभीं चिरून घेऊन अच्छेर फोडी, दीड भार मसाला, एकभार मीठ, चारभार खोबऱ्याचा चोंव व एकभार कोथिंबीर घालून पांचभार तुपांत फोडणी देऊन चार पांच भार पाणी घालून कोरडी व चुरचुरीत होईपर्यंत शिजूं द्यावी. ही भाजी फार उत्तम आहे. पथ्यकऱ्यास तर फारच चांगली. ही भाजी पाणी न घालतां नुस्त्या तुपांत परतूनही करितात.

---

२५ सुरणाची भाजी.

सुरणावरील साल काढून बारीक चिरून अर्धाशेर फोडी घ्याव्या, त्याला दीडभार मसाला, एकभार मीठ, पांचभार खोबऱ्याचा चोंव, एकमासा हळद घालून दोन भार तेलांत किंवा तुपांत दोन मासे मोहऱ्या, एक गुंज हिंग घालून फोडणी द्यावी. चुरचुरीत परताव्या. नंतर सहा मासे चिंचेचा बळक एकभार गूळ वरून घालावा. आणि झांकण ठेवून चांगली वाफ आल्यावर खालीं उतरून घ्यावी.

---

२६ केळफुलाची भाजी.

केळफुलावरील पाऱ्या काढून व देंठ आणि आंतील पांढऱ्या पाकळ्या काढून ते बारीक चिरावें. मग अर्धाशेर केळफुलाच्या चिरलेल्या भाजीला अर्धाशेर पाणी घालून उकडून घ्यावें. नंतर दोन तीनदां पाण्यानें स्वच्छ धुवावें म्हणजे काळें पाणी निघून जाईल. मग तांबडें तिखट दीडभार, मीठ एकभार, हळद मासाभर, कोथिंबीर मासा एक व खोबऱ्याचा चोंव एकभार घालून दोन भार मुगाची भिजलेली डाळ घालून तेलांत किंवा तुपांत फोडणी द्यावी. आणि चुरचुरीत परतून घ्यावी.

---

२७ आळवाची भाजी.

आळूचीं पानें व देठी सोलून बारीक चिरून अर्धाशेर घ्यावी; नंतर भिजलेली हरभऱ्याची डाळ, हरभरे, वाटाणे, भुईमुगाचे दाणे, पावटे, वगैरे कोणतेंही कडधान्य भिजलेलें पांचभार घ्यावें. पहिल्यानें पातेल्यांत भाजी घालून पावशेर पाणी घालून शिजत ठेवावी. त्यावर झांकण ठेवावें. शिजली म्हणजे बोटचेपी झाल्यावर पाणी वेळून काढून त्यांत वर सांगितल्याप्रमाणें भिजलेलें कडधान्य पांचभार घालून पाणी ऊन दहाभार घालावें. आणि पुनः शिजत ठेवावी. चांगली वाफ येऊन गेल्यावर त्यांत चिंचेचा बलक एकभार, गूळ एकभार तांबडें तिखट एकभार, मीठ एकभार आणि हरभऱ्याचें पीठ एकभार, कालवून भाजींत हें सर्व घालावें. मिळाल्यास मुळ्यांच्या चकत्याही दोनभार घालाव्या. आणि सर्व एकत्र झाल्यावर मग दोनभार तेल किंवा तूप पळींत चांगलें तापवून त्यांत मोहऱ्या व जिरें मासाभर आणि हिंग दोन गुंजा घालून खमंग फोडणी द्यावी. आणि झांकण ठेवावें. मिळाल्यास कोथिंबीरही फोडणीच्या वेळीं घालावी. नंतर चांगली वाफ आल्यावर खालीं उतरून वाढावी. ओलें खोबरेंही वाढण्याच्या वेळीं घालावें.

---

२८ चाकवताची भाजी.

चाकवताची भाजी अर्धाशेर चिरून घ्यावी. त्यांत पांचभार हरभऱ्याची भिजलेली डाळ घालून दहाभार पाण्यांत शिजत ठेवावी. शिजल्यावर एकभार तांबडें तिखट, एकभार मीठ, कोथिंबीर घालून तेलाची अगर तुपाची फोडणी चुरचुरीत पळीनें वरून द्यावी. आंबट थोडें घालावें.

---

२९ चुक्याची भाजी.

चुक्याची भाजी निसून व चिरून घेऊन अर्धाशेर भाजींत पांचभार हरभऱ्याची डाळ भिजलेली घालून दहाभार पाण्यांत शिजत ठेवावी. शिजल्यावर दोनभार हरभऱ्याचें पीठ कालवून घालावें. आणि एकभार तांबडें तिखट, एकभार मीठ घालून तेलाची किंवा तुपाची फोडणी करून वरून पळीनें द्यावी. गूळही एकभार घालावा.

---

३० घोळाची भाजी. सदर्हू प्रमाणें कृति.

३१ चंदनबटवा. सदर्हू प्रमाणें.

३२ पालख. सदर्हू प्रमाणें.

३३ मेथ्याची भाजी. सदर्हू प्रमाणें.

३४ हरभऱ्याची भाजी. सदर्हू प्रमाणें.

---

३५ माठाची मोकळी भाजी.

माठ कोंवळा निवडून चिरून अर्धाशेर घ्यावा. नंतर पातेलें चुलीवर ठेवून तेलांत भाजी फोडणीस टाकावी. एकभार तिखट व एकभार मीठ घालून आसडावी व वर झांकण ठेवून वाफ येऊं द्यावी. खालीं मंदाग्नि असावा. शिजली म्हणजे उतरून वाढावी.

---

३६ पोकळ्याची भाजी. सदर्हू प्रमाणें करावी.

३७ राजगिऱ्याची भाजी सदर्हूप्रमाणें.

३८ मोहरीच्या पाल्याची भाजी सदर कृति.

३९ करडईची भाजी—चुक्याच्या भाजी प्रमाणें.

---

४० अंबाड्याची भाजी.

अंबाडा कोंवळा अर्धाशेर निसून घेऊन बारीक चिरावा. छटाक तांदुळाची किंवा ज्वारीची कणी भरडून घ्यावी. पातेल्यांत भाजी व कणी घालून त्यांत पावशेर पाणी घालून शिजूं द्यावी. शिजल्यावर दोनभार तांबडें तिखट व दीडभार मीठ, दोनमासे हळद घालून नंतर पळीनें गरगटून वरून एकभार तेल, दोनमासे मोहऱ्या व दोन गुंजा हिंग घालून पळीनें खरपूस फोडणी द्यावी.

---

४१ आळूच्या वड्या.

आळवाचीं पानें चांगलीं पुसून घेऊन अर्धाशेर पानांस दहाभार हरभऱ्याचें पीठ, तीनभार कणीक, दीडभार मीठ, दोनभार तिखट, मासाभर हळद, दोनमासे कोथिंबीर, दोनमासे चिंचचा बळक, मासाभर जिऱ्यांची पूड इतके घालून काळवून—ते घट्ट हातास लागेल असे घेऊन पानाच्या मागील भागास लावावें. एकावर एक पानें ठेवून वळकटी करावी. त्या वळकटच्या पातेल्यांत शेरपाणी घालून व कडब्याचा पाचोळा घालून उकडून काढाव्या. नंतर अर्धा अंगूळ जाड अशा चकत्या चिरून पावशेर तेलांत तळून घ्याव्या. किंवा अर्धापाव तेलांत फोडणीस टाकून द्याव्या.

---

४२ कोथिंबिरीच्या वड्या.

कोथिंबीर पावशेर कोंवळी घेऊन निसून बारीक चिरून घेऊन त्यांत हरभऱ्याच्या डाळीचें भरड पीठ पावशेर घालून, व तांबडें तिखट एकभार, मीठ एकभार, जिऱ्यांची पूड एक मासा, हळद एक मासा घालून सर्व जिन्नस एकत्र करून घट्ट काळवावे, आणि

मळून त्याच्या वळ्या करून दोन तीन आंगुळे लांबीचे तुकडे करून ते उकडून काढावे. आणि नंतर बारीक चकत्या कळा-प्रमाणें कापून तेळांत परतून घ्याव्या.

---

४३ भरड्याच्या वड्या.

हरभऱ्याची डाळ व गहूं समभाग अर्धाशेर घेऊन भरड दळून तें पीठ घ्यावें. त्यांत मोहन, तूप दोन भार, मीठ एकभार, तिखट तांबडें दोनभार, जिऱ्यांची पूड एकमासा, असे सर्व पदार्थ घट्ट कालवून—त्याच्या अंगूळ जाडीच्या पोळ्या लाटून पातेल्याच्या तोंडास फडकें बांधून त्यावर एकेक पोळी ठेवून चांगल्या उकडून ह्मणजे शिजवून काढाव्या. याप्रमाणें सर्व पोळ्या शिजवून का-ढिल्यावर त्यांचे लहान लहान तुकडे कांपून–ते तुकडे पांचभार तुपांत हिंग अर्धमासा, जिरेमोहऱ्यांचें मिसळण तीन मासे घालून फोडणीस टाकून परतून घ्यावे.

---

४४ पाटवड्या.

हरभऱ्याच्या डाळीचें पीठ अर्धाशेर घेऊन शेरभर पाण्याचे आ-धणांत खोबरें चारभार, तांबडें तिखट एकभार, लवंगा दोन मासे, मीठ दीडभार, हिंग अर्धामासा, धणे एकभार, कोथिंबीर एकभार, असे एकत्र तुपांत किंवा तेलांत परतून घेऊन पूड करून त्या आधण आलेल्या पाण्यांत हा सर्व मसाला घालावा. नंतर मागून पीठ घालावें. व शिजूं द्यावें. शिजल्यावर खालीं उतरून वे-ऊन ताटाला आंतून चारमासे तूप लावून त्यांत हें बेसन ओतून थापावें. सुमारें अर्धा अंगूळ जाडीची वडी होईल, अशा बेतानें बेसन ओतावें. अशीं तांटें थापावीं. आणि चतुष्कोन किंवा बदामी वड्या कापाव्या. त्यांवर ओल्या नारळाचा चोंव व विलायचीची पूड पसरून मग वड्या कापून वाढाव्या.

---

४५ भजीं.

हरभऱ्याच्या डाळीचें पीठ पाण्यांत कालवून पावशेर पीठ असल्यास त्यांत तांबडें तिखट एकभार, मीठ दीडभार किंवा सव्वाभार, कोथिंबीर अर्धाभार, जिऱ्यांची पूड अर्धामासा, हिंगपूड अर्धामासा, याप्रमाणें घालून कालवून तेलांत तळणें असल्यास तेलाचें मोहन दोनभार आणि तुपांत तळणें असल्यास तुपाचें मोहन दोनभार घालून घट्ट कालवून रुपया येव्हडी पातळ, व वाटोळीं तळून काढावीं.

दुधांत व गोड दह्यांतही भज्यांचें पीठ कालवितात. याप्रमाणें तयार केलेल्या पिटांत घोसाळ्याच्या चकत्या, केळाच्या चकत्या, वांग्याच्या चकत्या, अगस्त्याच्या फुलांच्या कळ्या, विड्याचीं पानें, मायाळूचीं पानें, ओंव्यांचीं पानें याप्रमाणें नाना प्रकारच्या पदार्थांची भरवण घालून श्रीमंत लोक भजीं तळून खातात, तीं फार सुंदर व खुसखुशीत होतात.

हें पीठ फार घट्ट कालवून नुसत्या पिठाचेच सुपारी एव्हडाले वाड गोळे करून तळले ह्मणजे त्यांस बोंडें असें ह्मणतात. कित्येक लोक उडदाच्या डाळीचें पीठ कालवून त्याचे वडे करितात.

---

४६ हरभऱ्यांची उसळ.

पावशेर हरभरे निसून निवडून एकरात्र भिजत घालून ठेवावे नंतर दुसरे दिवशीं काढून पाणी निथळून रोवळींत, किंवा फडक्यांत ढिली गाठोडी बांधून टांगून ठेवावी. चांगले मोड आले ह्मणजे— परातींत घेऊन एक भार तांबडें तिखट, एक भार मीठ, चार भार ओल्याखोबऱ्याचा चोंव,एक भार कोथिंबीर असे घालून कालवून चुलीवर पातेलें किंवा कढई ठेवून त्यांत दोनभार तूप किंवा चांगलें तेल, मासाभर मोहरी, अर्धामासा हिंग, इत्यादि घालून फोडणी देऊन चांगली वाफ येईपर्यंत ठेवून परतून घ्यावी. ह्मणजे चांगली उसळ होते.

---

४७ वाटल्या डाळीची उसळ.

हरभऱ्याची पावशेर डाळ भिजत घालावी. चांगली भिजल्यावर वाटून--मग त्यांत एकभार मीठ, एकभार तांबडें तिखट, एकभार कोथिंबीर, अर्धामासा हिंगाची व जिऱ्यांची पूड इतके पदार्थ घालून कालवून--मग पातेल्यांत किंवा कढईंत तेलाची फोडणी देऊन चांगली वाफ येईपर्यंत शिजूं द्यावी. शिजल्यावर खोबऱ्याचा चोंव चारभार घालावा.

४८ सोलाण्यांची उसळ.

हरभऱ्याचा ओला टाहाळा (ढाळा) आणून त्यांतील सोलाणें पावशेर घेऊन त्यांत अर्धाभार तांबडें तिखट, पाऊणभार मीठ, पांचभार ओल्या खोबऱ्याचा चोंव, एकभार कोथिंबीर घालून कढईंत तेलाची खरपूस फोडणी देऊन परतून घ्यावी; ह्मणजे उत्तम होते.

४९ ओल्या वाटाण्याची उसळ. ही अशीच करावी.

५० बिरड्यांची उसळ. सदर्हू प्रमाणें कृति.

बिरडी--ह्मणजे भिजलेले वाल सोलून--मोड आले असल्यास फारच उत्तम वर प्रमाणें सर्व सरंजाम घालून तेलाची फोडणी घालून चांगली वाफ येईपर्यंत शिजूं द्यावी.

५१. फोडणीचे पोहे.

पोहे पावशेर निसून पाखडून घेऊन थोडे भिजत घालून मऊ झाले ह्मणजे बाहेर काढून त्यांत अर्धापाव ओले सोलाणे, किंवा वाटाणे मिसळून एकभार मीठ, एकभार तांबडें तिखट, एकभार कोथिंबीर, अर्धा मासा हिंगाची पूड व जिऱ्यांची पूड घालून तेलाची खरपूस फोडणी द्यावी. एक वाफ येईपर्यंत शिजूं देऊन नंतर त्यांत खोबऱ्याचा चोंव पांचभार घालून परतून घ्यावे; ह्मणजे उत्तम होतात.

भाग २ रा समाप्त.

पाकदर्पण,

अथवा

महाराष्ट्रीय स्वयंपाकशास्त्र.

भाग तिसरा.

पापड सांडगे वगैरे.

१ तांबडे भोपळ्याचे सांडगे.

भोपळा किसावा, तो कीस शेरभर असल्यास त्यांत भेंड्या अर्ध शेर चिरून घालाव्या, ओल्या मिरच्या पांच सहा भार बारीक चिरून घालाव्या; तीन भार आलें किसून घालावें, तीनभार गोडे तीळ, कोथिंबीर तीन भार, हिंग दोन मासे, मीठ तीन भार याप्रमाणें एकंदर करून सर्व जिनसांचें तें मिसळण उखळांत बारीक कुटून त्याचे सांडगे करून उन्हांत वाळत घालावे. सांडगे मोठ्या बोरा एवढे घालावे. खडखडीत वाळल्यावर मग तेलांत किंवा तुपांत तळून खावे.

---

२ कांकडीचे सांडगे.

कांकडी, कोहळे व भेंड्या समान घेऊन कांकडी व कोहळे किसावे व भेंड्या बारीक चिराव्या. ही मिसळण सुमारें शेरभर घेऊन त्यांत तांबड्या भोपळ्यास सांगितल्याप्रमाणें मसाला सर्व घालून सर्व जिन्नस एकत्र कुटून मोठ्या बोरा एवढे सांडगे घालून वाळवावे. नंतर तेलांत किंवा तुपांत तळून खावे.

---

३ कोहळ्याचे सांडगे.

कोहळे किसून शेरभर घ्यावे. मीठ दोन भार घालावें. मग बाकी सर्व कृति भोपळ्याचे सांडग्या प्रमाणें.

४ तिळाचे सांडगे.

गोडे तीळ वीस भार घेऊन धुवून घोंगडीवर चोळून त्याची टरफलें पाखडून काढून चांगले स्वच्छ करावे. रताळीं शेरभर घेऊन तूप लावून भांड्यांत भरून खालीं मंदाग्नीची आंच द्यावी. शिजल्यावर थोडी निवूं देऊन नंतर त्यांवरील साल काढून मग ती कुसकरून बारीक करावी. आणि त्यांत सदर्हू तीळ घालून दोन भार मीठ, एक भार तांबडें तिखट, जिरें व हिंग यांची पूड तीन मासे, याप्रमाणें घालून कालवून धोतरावर सांडगे घालून वाळवावे. नंतर तेलांत किंवा तुपांत तळून खावे.

---

५ चिकवड्यांचे सांडगे.

गहूं चांगले शेरभर घेऊन थोडे भाजून दोन दिवसपर्यंत भिजत घालून नंतर पाट्यावर वाटावे. नंतर त्यांत चार शेर पाणी घालून कालवून जाड कापडानें गाळून घ्यावे. चोथा टाकून द्यावा; आणि गाळलेलें पाणी कांहीं वेळ तसेंच ठेवावें. ह्मणजे वर निवळी येईल, ती ओतून द्यावी. आणि खालीं राहिलेली चिकी एक शेर पाण्याचे पातेल्यांत चुलीवर आधण ठेवून आधण आलें ह्मणजे त्यांत घालावी. नंतर लागलीच दोन भार तूप, दीड भार मीठ, अर्ध मासा हिंगाची पूड व तीन मासे जिऱ्यांची पूड अशी त्यांत टाकावी. मग पळीनें चांगलें ढवळावें. चिकी घट्ट झाली ह्मणजे धोतरावर सांडगे घालून वाळवावे. आणि प्रसंगीं तेलांत किंवा तुपांत तळून खावे.

---

६ तांदुळाच्या पिठाचे सांडगे.

तांदूळ चांगले जुने सडीक घेऊन थोडे भाजून धुऊन वाळवून बारीक दळावे. पिठाचे दुप्पट पाणी आधणास ठेवून त्यांत शेरभर वजनी पीठ असल्यास दोन भार मीठ, एक मासा हिंग घालून आधण झाल्यावर तें पीठ घालावें. ढवळून वर झांकण ठेवावें. शिजून साधारण घट्ट झाल्यावर खालीं उतरून निवाल्यावर सांडगे घालावे. सुकल्यावर तळावे.

७ डाळींचे सांडगे.

हरभऱ्याची, मुगाची, उडदाची ह्या तिहींतून कोणतीही डाळ शेरभर घेऊन भाजून भिजत चार घटकापर्यंत घालावी. नंतर काढून वाटावी. वाटतेवेळीं त्यांत दोन भार मीठ, एक भार तिखट, एक मासा हिंगाची पूड, मासाभर जिऱ्याची पूड घालून एकत्र कालवून त्याचे सांडगे चिकवड्याच्या सांडग्या प्रमाणें घालून वाळवावे.

---

८ उडदाचे पापड.

उडदाची डाळ धुवा शेरभर घेऊन दळून बारीक पीठ करावें. त्यांत जिऱ्याची पूड एक भार, मिऱ्याची पूड तीन मासे, हिंग तीन मासे, पापडखार सहा मासे, तांबडें तिखट चार भार आणि मीठ तीन भार याप्रमाणें एकत्र बारीक कुटून त्या पिठांत घालून केळींचें आंतलें पांढरें सोंपट कुटून त्याचें पाणी काढून त्यांत किंवा दुधांत अथवा कोहळ्याचे पाण्यांत कालवून घट्ट गोळा करावा. मग तो गोळा पाट्यावर घेऊन कुटून मऊ करावा. नंतर रुळाप्रमाणें वाटोळा लांब तो गोळा सारखा करून त्याच्या सारख्या व गोल चकत्या कापाव्या. आणि मग पोळपाटावर पोळ्यांप्रमाणें एकेक चकती लाटून पापड करावे. आणि उन्हांत वाळवून भरून ठेवावे. मग तेलांत किंवा तुपांत तळून खावे. अथवा निखाऱ्यावर भाजून खावे.

याप्रमाणें मुगाच्या डाळींचे व मटक्यांच्या डाळींचेही पापड करितात.

पापडाची डाळ धुवा करण्याची कृति अशी आहे कीं, उडीद निवडून घेऊन चार घटका पाण्यांत भिजत घालून भरडून डाळ करावी. डाळीस ताक लावून वाळवावी, पुनः तेलपाणी लावून वाळवावी आणि मग सडावी, ह्मणजे स्वच्छ पांढरी होईल.

---

९ गुरवळी पापड.

उडदाची डाळ सोजीव अशी अर्धाशेर दळून घ्यावी. केळीच्या सोलचें पाणी घेऊन त्यांत दोन चार लिंबें पिळावीं. मग त्या

पाण्यांत मीठ दीड भार, हिंग एक मासा, जिरें दोन मासे, पांढऱ्या मिऱ्यांची पूड दोन भार आणि पांढऱ्या केलेल्या मिरच्यांची पूड दोन मासे याप्रमाणें पदार्थ बारीक करून त्या लिंबू पिळलेल्या पाण्यांत घालून चुलीवर ठेवून कढू द्यावे. नंतर तयार केलेलें उडदाचें पीठ त्यांत घालून घट्ट कालवावें एक दिवस तसेंच ठेवावें. दुसरे दिवशीं तांदुळाचें पीठ वस्त्रगाळ करून पांच भार द्यावें, त्यांत पापडखार तीन मासे बारीक करून मिसळावा. मग भिजवून ठेवलेलें उडदाचें पीठ पाट्यावर घेऊन चांगलें कुटून मऊ करावें. कुटतांना तुपाचा किंवा तेलाचा हात लावावा; म्हणजे चांगलें नरम होईल. नंतर सुपारी एवढ्या गोळ्या करून प्रत्येक गोळी निराळी लाटून व तांदळाचें पीठ लावून नंतर लाटलेली पापडी दुसऱ्या पापडीवर ठेवून पुनः लाटावी. आणि मग ते लाटलेले पापड उन्हांत वाळवून तेलांत किंवा तुपांत तळावे. म्हणजे गुरवळीप्रमाणें फुगतील.

---

१० मिरबोंडें व शेवग्याचीं फुलें.

गुरवळी पापडाचें पीठ तयार केलें असतां त्या पिठाचीं मिरबोंडें व शेवग्याचीं फुलें वगैरे अनेक प्रकारचे तळीव पदार्थ करितात. असें करण्यांत कांहीं मोठीशी चातुर्याची व शोभेची गोष्ट आहे असें नाहीं. पण केवळ मौजे करितां असले पदार्थ करितात.

पापडाचें पीठ कुटून तयार झालें म्हणजे लहान करवंदा एवढें पीठ घेऊन त्यांत एक मिरी घालून त्याला देंठाचा थोडा आकार करून वाळवून मग तुपांत किंवा तेलांत तळून खातात. याप्रमाणें या पिठाचीं शेवग्याचीं फुलेंही फुलाच्या आकाराचीं करून तळतात.

---

११ कांचऱ्या.

ओल्या मिरच्या अर्धाशेर घेऊन पावशेर दह्यांत त्या दुफांकी चिरून टाकाव्या. मग त्यांत दीड भार मीठ, मासाभर हिंगाची पूड घालून सर्व कालविल्यावर मिरच्या वाळवाव्या. अशीं दोन तीन पुटें मिरच्यास देऊन त्या वाळवाव्या. आणि मग तळाव्या, म्हणजे

चांगल्या खुसखुशीत होतात. मिरच्यांच्या कांचऱ्यांप्रमाणें भेंड्या, कारलीं, वांगीं, गोवारीच्या शेंगा, तोंडलीं वगैरे अनेक पदार्थांच्या कांचऱ्या चांगल्या तयार होऊन पुष्कळ दिवस वाळवून राहतात.

---

१२ पापड्या.

तांदूळ सडीक एक शेर घेऊन भाजून एक दिवस भिजत घालावे. ते दुसरे दिवशीं वाटून त्यांत दीड शेर पाणी घालून तें सर्व वस्त्रांतून गाळून घ्यावें. नंतर त्यांत सगळे जिरे एक भार, मीठ तीन भार घालून कालवावें. मग चुलीवर पातेलें ठेवून त्यांत अर्धभार पाणी घालून पातेल्याचें तोंड फडक्यानें बांधून झांकण ठेवून चांगली वाफ येऊं द्यावी. मग वडाचीं अगर पळसाचीं पानें घेऊन त्यांवर तें पीठ सारवून, म्हणजे एकेक पान घेऊन त्यावर पीठ सारवून तें पान त्या पातेल्याच्या तोंड बांधलेल्या फडक्यावर ठेवून देऊन झांकण ठेवावें, आणि चांगली वाफ आल्यावर तें काढून दुसरें पान ठेवावें. अशा रीतीनें सर्व पानें ठेवावीं. खालीं काढलेल्या पानावरील पापड्या लगेंच वाळत टाकीत जाव्या. वाळल्या म्हणजे तुपांत किंवा तेलांत तळाव्या.

---

१३ कुर्डया.

एक शेर गहूं चार दिवस भिजत घालावे. नंतर निथळत ठेवून मग वाटावे. वाटून त्यांत दीड शेर पाणी सुमारानें घालून तें कालवून सारखें करून गाळावें. मग तें गाळलेलें पाणी कल्हईच्या भांड्यांत घालून झांकून ठेवावें. दुसरे दिवशीं त्यावर निवळ पाणी येईल तें ओतून घेऊन राहिलेला चीक लहान भांडें घेऊन मोजून, गहूं नवे असल्यास चिका इतकेंच पाणी घ्यावें, व गहूं जुने असल्यास दिडीनें पाणी घेऊन चुलीवर आधण ठेवावें. त्यांत एक भार जिरे, दोन भार पापडखार व अर्धे तोळा हिंग व दोन मासे तुरटीची लाही [illegible]पे पदार्थ पूड करून आधणांत टाकावे. मात्र जिऱ्यांचें [illegible] करून

[illegible] समारें तीन छटाक [illegible]

घालावें. पाण्यांत हे सर्व पदार्थ घालून आधण येऊं द्यावें. मग एका हातानें चीक घालून दुसऱ्या हातानें पळीनें ढवळावें. म्हणजे गोळ्या होणार नाहींत. दुसरें मनुष्य असल्यास त्याजकडून ढवळवावे, व आपण चीक ओतावा. नंतर झांकण ठेवून दोन वाफा येऊं द्याव्या. मग निखाऱ्यावर उतरून ठेवून थोडथोडा घेऊन सांच्यांत घालून जिलबीप्रमाणें खालीं लहान भांड्यावर किंवा ताटलीवर झेलून घेऊन मग शुभ्र वस्त्रावर वाळत घालाव्या. वाळल्यावर काढून ठेवाव्या.

याप्रमाणें तांदळाच्याही कुर्डया होतात. पण तांदळाचें पीठ दळून घेऊन रात्रीं भिजत ठेवून मग दुसरे दिवशीं सर्व कृति गव्हाच्या कुर्डयांप्रमाणें करावी. याप्रमाणें राताळ्याच्या, व वऱ्याच्या वगैरे कुर्डया होतात.

वडे व कडबोळीं.

१४ कोंकणी वडे.

तांदुळ एक शेर घेऊन ते धुवून वाळवून भरड दळावे. त्या पिठांत अर्धाशेर सोलीव उडदाच्या डाळीचें पीठ भरड दळून घालावें. शिवाय पावशेर गव्हाचें व पावशेर हरभऱ्याचें पीठ दळून घालावें. याप्रमाणें हीं चारीं पिठें एकत्र करून मग त्यामध्यें एक भार हळदीची पूड, पांच भार मीठ, तीन मासे हिंग, ओली कोथिंबीर एक मासा, जिरे एक मासा, तांबडें तिखट चार भार असें घालून एकत्र करून ऊन पाण्यांत घट्ट कालवावें व चांगलें मळावें. नंतर पांढरे तीळ जवळ घेऊन ओल्या पानास लावून त्यावर लिंबा एवढी त्या मळलेल्या पिठाची गोळी घेऊन त्या पानावर थापावी. वड्याची आकृति करून मग तो वडा तेलांत किंवा तुपांत तळून काढावा. याप्रमाणें सर्व वडे करावे.

दुसरा प्रकार.—हरभऱ्याची व उडदाची डाळ समभाग घेऊन एकत्र करून भिजत ठेवावी. दुसरे दिवशीं [illegible]

वींच्या प्रकारांत सांगितल्याप्रमाणें सर्व मसाला घालून, वडे करून तळून काढावे.

---

१५ कोंकणी कडबोळीं.

मागें सांगितलेल्या वड्याचे पिठाप्रमाणें ह्मणजे पहिल्या प्रकारांत सांगितल्याप्रमाणें पीठ तयार करून व पूर्वीप्रमाणेंच सर्व मसाला त्यांत घालून बोटा एवढ्या जाडीचा लांब लोळ करून त्यांतून लोळ घेऊन कड्याच्या आकृतीची गुंडाळी करून कडबोळीं करून तीं तेलांत तळून काढावीं.

---

१६ भाजणीचीं कडबोळीं.

पावशेर बाजरी, पावशेर तांदूळ, पावशेर हरभऱ्याची डाळ, पावशेर गहूं, एकेक थोडथोडे भाजून एकत्र करावे. त्यांत अर्धपाव उडदाची डाळही घालावी. नंतर हे सर्व भरड दळून पीठ करावें. मग त्यांत दोनभार तिखट, दीडभार मीठ, दोनमासे हळद, मासाभर हिंगाची पूड, आणि मासाभर जिरें चोळून टाकावें. हे सर्व एकत्र करून पाण्यांत कालवून वट्ट मळून गोळा करावा. मग एकेक बोटा येवढ्या जाडीचें कडबोळें करून तळावें.

---

१७ थालीपीठ.

वर सांगितल्या प्रामाणें सर्व कृति. पिठाचा गोळा तयार झाल्यावर त्याच्या लहान लहान वाटोळ्या गोळ्या करून तव्यांत किंवा पातेल्यांत सर्व तेल लावून त्यावर थापाव्या. झांकण ठेवून दोन वाफा आल्या ह्मणजे काढावें.

---

१८ कोंकणी चकल्या किंवा कांटेकडबोळीं.

[illegible]टकांत लांकडाचा किंवा लोखंडाचा सांचा केलेला असतो. खालचें [illegible] अशी त्याची आकृति [illegible] मां-

च्यास दोन तीन नांवें आहेतः एक शेवग्याचा सांचा आणि एक चकल्याचा सांचा. कोणी चकलेंपात्रही ह्मणतात. चकले किंवा कांटेकडबोळीं करण्यास हें चकलेंपात्र घ्यावें.

तांदूळ व उडदाची धुवा डाळ मिळून समभाग घेऊन त्यांपैकीं अर्धाभाग भाजावा. हीं दोन्ही सुमारें शेरभर घेऊन दळावी. मग त्यांत घट्ट केलेलें लोणी अर्धाशेर मिसळून व दोन भार मीठ, तीन मासे हिंगाची पूड, एक भार जिऱ्याची पूड, एक भार पांढऱ्या मिरच्यांची पूड, याप्रमाणें जिन्नस घालून व ओलाव्याकरितां लागल्यास दुध घालून तें पीठ घट्ट मळावें. नंतर सांच्यांत घालून वर मुसळाचा दाब देऊन पिळावें. ह्मणजे खालीं पडूं लागेल. त्याची आकृति जिलबीप्रमाणें करून त्याप्रमाणें एकेक करून घेऊन कढईंत सोडावे, व तळून लाल झालें ह्मणजे बाहेर काढावें. याप्रमाणें सर्व करावीं. सांच्यावाटे बाहेर निघतात तेव्हां त्यांच्या अंगास कांटे आहेत अशी आकृति दिसते.

---

१९ चकल्या किंवा कांटे कडबोळीं—दुसरा प्रकार.

पावशेर तांदूळ, अर्धापाव हरभऱ्याची डाळ व अर्धपाव उडदाची डाळ, असे भाजून एकत्र करून भरड दळावें. एकभार तांबडें तिखट, व पाऊणभार मीठ, मासाभर हळद, दोनमासे कोथिंबीर, गुंजभर हिंग असे घालून पाण्यांत कालवून मळून घट्ट गोळा करून ठेवावा. मग चकल्यांत घालून दोन तीन वेढे देऊन पिळावे व जिलबी प्रमाणें आकृति करून तळून काढावे.

---

२० झुणका व सांबारीं वगैरे.

अर्धाशेर पीठ हरभऱ्याच्या डाळीचें घेऊन चुलीवर पहिल्यानें कल्हईचें पातेलें ठेवून त्यांत दोन रुपयेभार तेल, मासाभर मोहऱ्या, मासाभर जिरे, दोनगुंजा हिंग, याप्रमाणें जिनसा घालून फोड- [illegible] त्या [illegible] सुमारें दीडशेर पाणी फोडणींत [illegible]

पाण्यांत दोनभार मीठ, दोनमासे हळद, एकभार तांबडें तिखट, दोनमासे कोथिंबीर आणि चारभार खोबऱ्याचा चोंव घालून त्या पाण्यास चांगला कढ येऊं द्यावा. मग त्या आधणांत तें पीठ एका हातानें घालून एका हातानें ढवळावें. गोळी होऊं देऊं नये. अशा रीतीनें सर्व पीठ घालून ढवळावें. आणि मग चांगलें शिजूं द्यावें. खोबऱ्याचा चोंव आधणांत पीठ घातल्यावर टाकावा. साधारण पळीसांड झाला ह्मणजे झुणका खालीं उतरावा.

---

२१ वाटल्या डाळीचा झुणका.

हरभऱ्याची डाळ पावशेर भिजत घालून भिजल्यावर भरड वाटावी. त्यांत एकभार मीठ, एकभार तांबडें तिखट, मासाभर हळद, मासाभर जिऱ्याची पूड, मासाभर कोथिंबीर घालून तें पाणी सर्व सारखें कालवून—नंतर पातेल्यांत तूप किंवा तेल टाकून हिंगजिरे व मोहऱ्याची फोडणी देऊन शिजूं द्यावी.

सदर्हू डाळ पाणी न घालतां फोडणी देऊन परतून द्यावी. ह्मणजे तिला वाटली डाळ ह्मणतात.

---

२२ आंबटी.

हरभऱ्याची डाळ पांचभार, पाणी दोनशेर, चिंच तीनभार, गुळ, चारभार, मीठ दोनभार, मसाला तीनभार, तांबडें तिखट अर्धाभार खोबरें भाजून चारभार, कोथिंबीर एकभार, बेसनाचें पीठ तीनभार याप्रमाणें सामान तयार असावें. प्रथम कल्हईचे भांड्यांत पाणी घालून चुलीवर ठेवावें. पाण्यास आधण आल्यावर डाळ घालावी. आणि [illegible]ल्यावर चिंच कोळून घालावी, मसाला वर सां-[illegible]ला वाटून घालावा. आणि बेसनाचें पीठ कालवून घालावें. चांगला कढ आल्यावर दोनभार तेलांत चांगली मोहऱ्याहिंगाची फोडणी देऊन—नंतर कांहीं वेळानें खालीं उतरावी. मग वाढावी.

---

२३ तेलंगी आंबटी.

तुरीच्या डाळीची करून पीठ लावीत नाहींत. बाकी सर्व कृति वर लिहिल्या आंबटीप्रमाणें.

---

२४ काजूची आंबटी.

सर्व कृति वरील प्रमाणें. मात्र डाळीच्या ऐवजीं काजू सोलून घालावे.

---

२५ पुरणाची व कटाची आंबटी.

पुरणावरील पाणी ज्याला कट असें ह्मणतात, हें कट शेरभर सुमारें काढून घ्यावें, त्यांत शिजलेलें पुरण पावशेर सुमारें कालवून वर सांगितल्याप्रमाणें मसाला वाटून त्यांत घालावा. ओल्या खोबऱ्याचा चोंव चारभार व कोथिंबीर एकभार घालून चुलीवर चांगलें शिजूं द्यावें. आणि नंतर दोनभार तेलांत मोहऱ्या व हिंग घालून खरपूस फोडणी द्यावी. मग चांगला कढ आल्यावर खालीं उतरून ही आंबटी वाढावी.

---

२६ कटाचें सार.

तुरीची डाळ दहाभार घेऊन दीडशेर आधणांत घालून चांगली शिजूं द्यावी. शिजल्यावर आंतील चोथा कुसकरून पिळून टाकावा. नंतर त्या कटांत दोनभार चिंच ऊन पाण्यांत कोळून तें पाणी घालावें. नंतर चांगला कढ येऊं द्यावा. नंतर दोनमासे हिंग भाजून त्याची पूड, दीडभार मीठ, दोनभार गूळ, इतकें घालून आणखी एक चांगला कढ येऊं द्यावा. नंतर दोनभार तेलांत वाळलेल्या मिरच्या चुरगटून घालून हिंग, जिरें, मोहऱ्या यांची खरपस फोडणी द्यावी मग वाढावें.

---

२७ कोकंबसालाचें सार.

कल्हईचे पातेल्यांत शेरभर [illegible] घेतों आधण

आलें ह्मणजे त्यांत एकभार आमसुलें धुवून घालावीं. मग एकभार गूळ, अर्धाभार कोथिंबीर, जिऱ्याची पूड एक मासा, हिंगाची पूड दोनगुंजा, मीठ दोनभार घालून आमसोलाचा अर्क पाण्यांत उतरेपर्यंत शिजूं द्यावें. नंतर एकभार तुपांत मिसळणाची फोडणी द्यावी.

---

२८ नारळांचें सार.

पाणी शेरभर घेऊन त्यांत आमसोलें एकभार घालून शिजूं द्यावें नंतर एका नारळाचें ओलें खोबरें घेऊन खोवून ऊनपाणी पांचभार व मीठ तीन मासे त्याला लावून रस काढावा. तो रस चुलीवरील आमसोलाच्या सारांत ओतून द्यावा. नंतर दीडभार मीठ व अर्धामासा भाजल्या हिंगाची पूड त्यांत घालून चांगला कढ आला ह्मणजे तुपांत मिसळण्याची फोडणी करून त्यांत ओतावी.

---

२९ उंसाच्या रसाचें सार.

पाण्याऐवजीं रस घ्यावा. गूळ मात्र घालूं नये. बाकी सर्व कृति आमसोलांच्या साराप्रमाणें.

---

३० द्राक्षांचें सार.

द्राक्षें चांगलीं मधुर शेरभर घेऊन सालपटें काढून दोन शेर पाण्याच्या आधणांत घालावीं. गूळ एक भार, मीठ दीड भार, बाकी कृति आमसोलांच्या साराप्रमाणें.

---

३१ चिंचेचें सार.

आमसोलांच्या साराप्रमाणें सर्व कृति.

---

३२ कवठांचें सार.

आमसोलांच्या साराप्रमाणें सर्व कृति. याप्रमाणें अलूबुखार, बोरें, करवंदें वगैरेंचीं सारें करावीं.

३३ कढी.

दहीं थोडें आंबट असें सुमारें शेरभर घेऊन रवीनें घुसळावें. त्यांत साधारण मावेल असें पाणी घालून पुनः घुसळावें. मग त्याला हरबऱ्याच्या डाळीचें पीठ तीन भार लावून कल्हईचे पातेल्यांत घालून चुलीवर ठेवून ढवळावें. ढवळले नाहीं तर कढी फुटते. कढी आटून चांगली शिजूं द्यावी. परंतु फार घट्ट होऊं देऊं नये व पातळही फारच ठेवूं नये. नंतर अर्धमासा हिंग भाजून पूड करून लावावा. मिळाल्यास कढीलिंबाचा पाला एक भार, तूप लावून निखाऱ्यावर थोडा होरपळून तो कढींत टाकावा. मीठ दोन भार सुमारें घालावें. नंतर दोन भार तूप पळींत घेऊन जिरे, हिंग,व मोहऱ्या या मिसळवणाची फोडणी द्यावी.

---

३४ ठिकरीची कढी.

वर सांगितल्याप्रमाणें कढी तयार झाली ह्मणजे दगडाची एक खोलवट लहानवाटी (या वाटीसच ठिकरी ह्मणतात) घेऊन ती चुलींत चांगली लाल तापवून तिजवर दोन भार लोण्याचा गोळा ठिकरी एका कल्हईच्या पातेल्यांत ठेवून घालावा. दोन मासे मोहऱ्या आणि दोन गुंजा हिंगाची पूड त्यावर टाकावी. झांकण ठेवावें, ह्मणजे फोडणी तयार होते. मग चुलीवर शिजलेली कढी त्या फोडणीवर ओतावी. म्हणजे चांगली स्वादिष्ट कढी होते.

---

३५ चिंचेची कढी.

शेरभर पाण्यांत तीन भार चिंच कुसकरून चोथा टाकून द्यावा. नंतर दीड भार मीठ, एक भार गूळ, आणि दोन भार हरभऱ्याचे डाळीचें पीट, हे सर्व त्या पाण्यांत कालवून चुलीवर ठेवावें, चांगला कढ येऊं द्यावा. चांगलें ढवळावें. कोथिंबीर घालावी. व दह्याचे कढीप्रमाणेंच फोडणी द्यावी.

---

३६ ताकतव.

गोड दहीं आदमोर घेऊन, त्यास अर्धमासा कोथिंबीर, भाजलेला हिंग दोन गुंजा, मीठ अर्धाभार याप्रमाणें सरंजाम एक शेर दहीं असल्यास घ्यावा. तें सर्व कालवून हातानें सारखें करावें. आणि एक भार तूप घेऊन त्यांत मासाभर जिरें व मोहऱ्या, हिंग यांचें मिसळवण घालून फोडणी द्यावी. याप्रमाणें ताकाचीही ताकतव करतात.

---

३७ मठ्ठा.

शेरभर दूध चांगलें तापवून साधारण थोडें ऊन आहे तोंच त्यांत आंबट ताक एक रुपया भार घालावें. विर्जण पूर्व दिवशीं रात्रीं घालावें. मग दुसरे दिवशीं पावशेर पाणी घालून तें घुसळावें. नंतर त्यांत अर्धभार कोथिंबीर, दीड भार मीठ, मासाभर आल्याचा रस अगर बारीक कीस, व दोन गुंजा हिंगाची पूड लावून सर्व सारखें करून वाढावें.

---

३८ चमनदहीं.

दोन शेर दहीं आटघून दीड शेर उरवावें. मग त्यांत दोन भार आंबट ताक विरजणास घालावें. भांड्याच्या तोंडावर गुलाबाचीं दहा पांच फुलें ठेवावीं. व दह्यांत दहा भार साखर रात्रींच घालून ठेवावी. याप्रमाणें रात्रभर ठेवल्यावर दुसरे दिवशीं वाढावें.

---

३९ चक्कादहीं.

दूध तापवून नंतर खालीं निखाऱ्यावर मंदाग्निच्या शेकावर चार घटका ठेवावें. मग तेथून बरेंच निवाल्यावर कोऱ्या मडक्यांत ओतून काढून त्यांत अंबट ताक विरजण घालून रात्रभर ठेवावें. ह्मणजे दुसरे दिवशीं दहीं फार घट्ट होतें.

---

४० गोळ्यांचें सांबारें.

तुरीची डाळ पांच भार, हरभऱ्याची दहा भार, गहूं पांच भार

असे तीनही भरडा दळून घ्यावें. नंतर त्यांत दोन भार तूप मोहन घालावें, मग मीठ एक भार, तांबडें तिखट अर्धाभार, जिऱ्यामिऱ्यांचा भरडा दोन मासे, कोथिंबीर अर्धामासा, इतकें एकत्र करून घट्ट कालवून गोळा करून ठेवावा. मग त्याच्या लहान लहान सुपारी येवढ्या गोळ्या करून पातेल्यांत शेरभर पाणी घालून त्यांत त्या गोळ्या घालून चांगल्या शिजवाव्या. नंतर त्यांत चिंचेचा कल्क तीन भार गूळ दोन भार, तांबडें तिखट पाऊणभार, मीठ एक भार, खोबरें चार भार, भाजून कुटलेलें, कोथिंबीर अर्धाभार, तीन भार हरभऱ्याचें पीठ कालवून तें पाणी व सदर्हू जिनसा त्यांत घालून चांगला कढ आल्यावर दोन भार तेलाची खरपूस फोडणी द्यावी.

याप्रमाणें वालांच्या बिरड्यांचें, भोपळ्यांचें, वाटाण्यांचें, दोडक्यांचें वगैरे सांबारीं होतात.

---

४१ डाळवांगें.

तुरीच्या डाळीचें वरण पावशेराचें शिजत आलें ह्मणजे त्यांत अर्धशेर वांग्यांच्या फोडी घालाव्या. कांहीं वेळानें त्यांत दीड भार मीठ, दोन भार मसाल्याचें तिखट, चार भार खोबऱ्याचा चोंव, चिंच एक भार, गूळ एक भार घालून पाणी अंगासरसें घालून सारखें करून पातेल्यांत किंवा कढईंत दोन भार तेल टाकून हिंग, जिरें, मोहऱ्यांची फोडणी करून हें डाळवांगें त्यांत फोडणीस टाकावें. मग चांगली उकळी फुटल्यावर खालीं उतरून वाढावें. याच प्रमाणें डाळदोडका, डाळभोपळा वगैरे करतात. साध्या फोडणीच्या वरणांत व खाटीडाळीकोणत्याही पदार्थांच्या फोडी मात्र नसतात. बाकी कृति सारखीच.

भाग तिसरा समाप्त.

पाकदर्पण,

अथवा

महाराष्ट्रीय स्वयंपाकशास्त्र.

भाग चौथा.

१ आटींव दुधाची क्षीर.

दूध पांच शेर आणून आटत ठेवावें. व कल्हई लावलेल्या पितळेच्या पळीनें ढवळीत असावें. ढवळणें मध्येंच फार वेळ खोळंबवूं नये. तसें केल्यास क्षीर बुडी लागून करपट वास येईल. ह्मणून ढवळणें चालू ठेवून दूध तळास अगदीं लागूं देऊं नये. नंतर त्यांत पांच भार बारीक चांगले तांदुळ धुऊन साफ करून घालावे. आणि सारखें ढवळीत राहावें. मग बरीच आटत आल्यावर तींत शेरीं पावशेर या मानानें चांगली साखर मळी काढून स्वच्छ करून घाला- [illegible] आणि वेलदो[illegible] व सोलीव बदामांचे काप पा[illegible] भार, बेदाणा पांच भार आणि खडी साखर पांच भार, असे घालून आणखी थोडी अटेपर्यंत ढवळावी. आणि मग खालीं उतरून ठेवावी. ही क्षीर फार घट्ट होऊं देऊं नये आणि फार पातळही ठेवूं नये. साधारण धोरणानें मध्यम ठेवावी.

---

२ गव्हल्यांची क्षीर.

गव्हले करण्याची कृति.—रवा व सपीट समभाग पावशेर घेऊन निरसे दुधांत कालवून घट्ट गोळा करावा. त्यांत कालवितांना एक भार तूप मोहन घालावें. नंतर पाट्यावर कुटून नरम झाल्यावर त्याच्या बारीक सेवयांप्रमाणें दोऱ्या करून मग एकेक दोरी हातांत घेऊन तिचे जिऱ्या येवढे बारीक तुकडे तोडून वळून खालीं परातींत टाकावे,

ह्मणजे ते गव्हले झाले. थोडे वाळल्यावर त्यांची क्षीर करावी. पावशेर गव्हल्यांची क्षीर करण्यास चार शेर दूध पाहिजे. नंतरची सर्व कृति आटीव दुधाच्या क्षीरीप्रमाणेंच समजावी.

---

३ बोटव्यांची क्षीर. कोंकणी तऱ्हा.

मोहनभोग करतां येईल अशा प्रकारचा रवा घेऊन पावशेर असल्यास त्यांत दोन भार तूप मोहन लावून दुधाचा शिपका देऊन दडपून ठेवावा. नंतर थोड्या वेळानें तो रवा कोरे सुपांत घालून पळीपळीनें दूध व चिमटी चिमटीनें त्यावर सपीट टाकून तळहातानें मृदु चोळावें. तितकें दूध व सपीट संपल्यावर पुनः तसेंच करावें. तळहातानें चोळावें. याप्रमाणें करतां करतां त्यांतील रवा मुगा येवढा झाल्यावर मग दूध व सपीट घालणें आणि चोळणें बंद करावें. आणि गाळून त्यांतील मोठीं झालेलीं बोटवीं काढावीं. मग बारीक रवा राहिला असल्यास त्यावरही पूर्वीप्रमाणें सर्व कृति करून घेऊन बोटवीं तयार करावीं. याप्रमाणें पावशेर रव्यास शेरभर सपीट खपवावें. नंतर हीं बोटवीं वाळवून ठेवावीं.

[illegible] ...र गव्हे[illegible] [illegible]ीरीप्रमाणें करावी. बोटवीं पावशेर घेतल्यास दूध निदान चार शेर तरी असावें. आणि शेरीं पावशेर साखर व वेलदोडे वगैरे मसाला पूर्वोक्त घालावा. गरीब लोक पाण्यांत शिजवून मग वरून दूध घालितात. अशानें दूध कमी लागतें.

---

४ नखुल्यांची क्षीर.

नखुल्यांच्या पिठाची कृति सर्व गव्हल्यांच्याच पिठाप्रमाणें आहे. पिठाची बारीक वाटोळी गोळी घेऊन नखानें चिमटून नखुली करतात. आंत पोकळी राहील असें चिमटवावें. क्षीर करण्याचा प्रकार सर्व गव्हल्याप्रमाणेंच समजावा.

५ वाळकींच्या बियांची क्षीर.

गव्हले तयार झाल्यावर पोळपाटावर घेऊन सपीट लावून वाटावे. ह्मणजे वाळकाच्या बियांप्रमाणें आकृति होते. नंतर क्षीर करण्याचा प्रकार सर्व गव्हल्याप्रमाणें समजावा.

---

६ शेवयांची क्षीर.

गव्हल्यांच्याच पिठासारखी सर्व कृति नव्हे, रवा दुधांत भिजवून तो घट्ट गोळा पाट्यावर कुटून त्याला पावशेर पिठास चार मासे बारीक मीठ लावून मग तारफेणीप्रमाणें शेवया करून दोन्ही हातांनीं पुष्कळ लांबवून चवंघे करून दांडीवर घालून त्या शेवया वाळवाव्या. नंतर पावशेर शेवयांस शेरभर पाण्याचें आधण ठेवून त्यांत त्या शेवया सोडून चांगली वाफ येऊं देऊन नंतर खालीं उतरून त्यावर थंड पाणी व तूप सोडावें. मग पाणी वेळून काढावें आणि थोडें आटलेलें दूध सुमारें शेरभर व साखर आच्छेर, वेलदोड्याची पूड अर्धभार घा- [illegible] करून वाढावी.

७ सांज्याची क्षीर.

सांजा चांगला वैचून अर्धाशेर घेऊन शेर पाण्याचे आधणांत तो घालून शिजवावा. नंतर पाऊणशेर गूळ, शेरभर दूध व अर्धभार वेलदोड्यांची पूड त्यांत घालून ती क्षीर मग वाढावी. ही क्षीर पित्त-नाशक आहे. ह्मणून भोजनारंभीं खाऊन मग बाकी भोजन केल्यास चांगलें.

---

८ गव्हांची क्षीर.

गहूं चांगले निवडून व पाणी लावून सडून घ्यावे. चांगले स्वच्छ पांढरे होईपर्यंत सडावे. नंतर रात्रीं भिजत घालून सकाळीं शिजत ठेवावे. कोणी लोक शिजवितांना त्या अच्छेर गहूं असल्यास छटाक हरभऱ्याची डाळ व छटाक तांदूळही घालतात. मग हे सर्व चांगले

शिजल्यावर शेरभर गूळ व अर्धाभार वेलदोड्यांची पूड टाकून चांगली घोटून वाढावी. कर्नाटक देशांत ही क्षीर मंगलदायक समजतात. आणि लग्नकार्यादि मंगलसमारंभांत हटकून करतात.

---

९ तांदळांची क्षीर.

अर्धाशेर तांदूळ चांगले शिजवून त्यांत शेरभर गूळ व अर्धाभार वेलदोड्यांची पूड घालून व दोन शेर दूध घालून चांगली घाटून वाढावी.

याप्रमाणेंच राळ्यांच्या तांदळांची, काजूंची, ओल्या नारळाच्या दुधाची, साबूदाण्यांची, तवकिरीची वगैरे पुष्कळ पदार्थांच्या क्षीरी होतात. त्यांची कृति बहुधा थोड्या फेरफारानें आहे. ह्मणून धोरणानें लक्ष्यांत आणून त्या प्रकारच्या बेतानें कराव्या.

---

१० मरांबा.

आंबे जून झालेले ह्मणजे पाड लागण्याच्या तयारीस थोडे दिवसांत येतील अशा स्थितींत असणारे घेऊन साल काढून कापून फांकी कराव्या. नंतर पातेल्यांत पाणी घालून चुलीवर ठेवून आधण येऊं द्यावें. मग फांकी त्यांत घालून थोड्याच वेळांनीं बाहेर काढून रोंवळींत घालाव्या. ह्मणजे पाणी सर्व निचून जाईल. नंतर पाटावर पांढरें वस्त्र पसरून दुसरें वस्त्र वर पांघरूण घालून त्यावर पाट ठेवून दडपण घालून ठेवावें. नंतर अर्धाशेर फांकी असल्यास दीडशेर चांगल्या साखरेचा पाक करून मळी काढून टाकावी. तार येऊं लागली ह्मणजे सदरहू फांकी त्यांत घालाव्या. ह्मणजे पाक मात्त्रयान् थोडा पातळ होईल. मग त्यास चांगले चार कढ येईपर्यंत शिजूं द्यावें. तथापि अधिक कढ होऊं देऊं नये. कारण तसें झाल्यास पाक कडक व वातड होईल. आणि चांगला शिजूं न दिल्यास पाक पातळ राहील. ह्मणून पाकाची भट्टी यथायोग्य साधण्याकडे विशेष लक्ष असावें. याप्रमाणें पाक शिजल्यावर त्यांत

एक भार वेलदोड्यांची पूड टाकून खालीं उतरून कल्हईच्या भांड्यांत अगर बरणींत वगैरे घालून ठेवावें. हा मुरांबा मुरून जुना होईल तेवढा फार चांगला.

मुरांबा मोठा औषधी असून पित्तशामक आहे. त्यांत तीन वर्षांचा सारखा जुना व मुरलेला असेल तर फारच चांगला.

---

११ मुरावळा.

आवळे चांगले मुरलेले व बिन रेषेचे मोटे आणून चोंचून व त्यांस बारीक बारीक छिद्रें पाडून नंतर ते पाण्यांत टाकून कांहीं वेळ ठेवावे. नंतर काढून त्यांतील पाणी हातानें चांगलें निचरून काढून मग आधणाच्या पाण्यांत टाकून एक कढ येईपर्यंत शिंजूं देऊन मग खालीं काढून दुरडींत ओतून ठेवावे. पाणी साफ काढावें. मग शेरभर आवळे असल्यास तीनशेर साखरेचा पाक करून त्यांत घालावे. आणि मग पुढील कृति सर्व मुरांब्याप्रमाणें करावी.

मुरावळा—मुरांब्यापेक्षांही औषधि असून पित्तशामक आहे. जुना व मुरलेला जेवढा अधिक असेल तेवढा चांगला.

---

१२ महाळुंगाचा मुरांबा.

महाळुंगावरील साल काढून आंतील गाभा निरनिराळा करून बिया काढून टाकाव्या. मग साखरेचा पाक वगैरे कृति सर्व मुरांब्याप्रमाणें करावी.

---

१३ करवंदाचा मुरांबा.

करवंदें मोठीं घेऊन दुफांकी चिरून आंतील बिया काढून टाकून पाण्यांत टाकावीं. नंतर साखरेचा पाक वगैरे पुढील कृति सर्व आंब्याच्या मुरांब्याप्रमाणें व मुरावळ्याप्रमाणें समजावी.

---

१४ कोरफडीचा मुरांबा.

कोरफड चिरून त्यांतील चांगला गाभा घेऊन स्वच्छ धुऊन पा-

ण्यांत टाकून कांहीं वेळ ठेवावा. नंतर आणखी एक वेळ सर्व स्वच्छ धुऊन पुढील कृति सर्व मुरांब्याप्रमाणें करावी.

---

१५ कवठाचा, लिंबाचा, अंजिराचा, सफरदळाचा वगैरे मुरांबे.

सदर्हू कृति वरीलप्रमाणेंच बहुशः करावी; मात्र पदार्थविशेषीं थोडा फेरफार असतो तितका लक्ष्यांत ठेवावा.

निरनिराळ्या प्रकारचे भात.

१६ पांढरा भात.

१ तांदूळ चांगले सडलेले घेऊन धुऊन स्वच्छ करून आधणांत टाकावे. चांगला कढ येऊन गेल्यावर मग शीत [illegible] पहावें. बोटचेपें शीत झालें असल्यास मग त्यांतील पाणी वेळून काढून निखाऱ्यावर टाकावा. आणि चांगली वाफ येऊं द्यावी. ह्मणजे पूर्ण पक्क व मोकळा असा होतो.

२ दुसरा प्रकार.––भांड्याच्या बेतानें तांदूळ घेऊन धुवून–मग आपल्या बोटाच्या मधल्या पेऱ्या इतकें पाणी ठेवून भांडें चुलीवर ठेवून शिजूं द्यावे. कढ येऊन गेल्यावर झांकण ठेवून परिपक्क होऊं द्यावे. ह्मणजे भात चांगला व मोकळा होतो.

भात मोकळा व चांगला करण्यास श्रमापेक्षां चतुराईचें काम विशेष आहे. हें ध्यानांत असावें. जुन्या तांदुळाचा भात मोकळा होऊं शकतो; पण तांदूळ नवे असल्यास भाताचें डिचकें होतें. तें न होऊं देण्याविषयीं जपलें पाहिजे.

---

१७ साखरभात.

बारीक तांदूळ चांगले सडलेले घेऊन ते शेरभर सुमारें चांगले धुवून आधणांत ओतावे. आधणांत पूर्वीं सुमारें अर्धपाव तूप ओतून मग थोडक्या वेळानें हे धुतलेले तांदूळ आंत ओतावे. पळीनें ढव-

ळावे. कढ आल्यावर वेळून निखाऱ्यावर ठेवावा. मग चांगली वाफ आल्यावर परातींत ओतून घेऊन पसरावा. नंतर एक भार चांगलें उंची केशर अर्धपाव पाण्यांत घालून निखाऱ्यावर टेवून कुसकरून परातींतल्या भातास चोळावें. नंतर शेरास दोन शेर साखर चांगली धुवा त्यांत घालावी. बदाम, बेदाणा वगैरे मसाला शेरास पावशेर या मानानें घालावा. नंतर भातास फोडणी द्यावी ती अशी.--

चुलीवर कल्हईचें पातेलें ठेवून त्यांत अर्धशेर तूप टाकून त्यांत परातींतला हा मसाल्यासह तयार केलेला भात ओतावा. पळीनें चांगला ढवळावा. मग आंतील साखरेचा पाक होऊन खदखदूं लागल्यावर व तीन चार कढ येऊन गेल्यावर खालीं उतरून घेऊन निखाऱ्यावर ठेवावा. मग आणखी पावशेर तूप त्यांत ओतून त्यावर झाकण ठवावें. ह्मणजे वाफ येऊन चांगला मोकळा होईल. मग पावशेर खडीसाखरेची भरड पूड व दीडभार वेलदोड्यांची पूड त्यांत घालून खालवर करून मग वाढावा.

दुसरा प्रकार.--कोणी कोंकणांतील रहिवासी लोक सदहू तयार झालेल्या भातांत कापी फणसाच्या गऱ्यांचे तुकडे व कोणी अननसांच्या कळ्या घालून वाढतात. परंतु ही चाल देशावर फारकरून नाहीं.

तिसरा प्रकार.--तांदूळ बारीक जुने चांगले सडून घेऊन धुवून रोवळींत पाणी निथळत ठेवावें. कोरडे होईपर्यंत टेवून मग शेरभर वजनी तांदुळास सुमारें एक भार केशर साहणेवर बारीक खलून अर्धपाव तुपांत कालवून--तांदूळ परातींत घेऊन त्यांस तें केशरी तूप सर्व चोळून लावावें.

तांदुळाच्या दुप्पट पाणी घालून चुलीवर ठेवावें. त्यास आधण येऊं द्यावें. मग कल्हईचे पातेल्यांत अर्धा शेर तूप चुलीवर ठेवून एक भार लवंगा त्यांत घालून मग ते तयार केलेले तांदूळ फोडणीस टाकून वरून तें आधणाचें पाणी ओतावें. नंतर दोन कढ आल्यावर भात बोटचेपा झालासें पाहून त्यांत दोन शेर धुवा साखर, पावशेर बे-

दाणा व सोलिव बदामांचे काप, त्यांत घालून पळीच्या दांड्यानें फिरवून पुनः दोन कढ आल्यानंतर तो उतरून खालीं निखाऱ्यावर ठेवावा. मग अर्धपाव तूप आणखी त्यांत घालून दोन वाफा निखाऱ्यावर येऊं द्याव्या. आणि वाढते वेळीं पावशेर खडीसाखरेची भरड, व एकभार वेलदोड्यांची पूड घालावी.

चौथा प्रकार.—शेरभर साखर घेऊन त्यांत पाऊण शेर पाणी घालून कल्हईच्या पातेल्यांत चुलीवर ठेवावें. कढ आला ह्मणजे गाळून पुनः चुलीवर ठेवावें. दूध व पाणी समभाग घेऊन पाकावर शिडकाव करीत असावा, आणि वर आलेली मळी काढून घेत जावी. या प्रमाणें गाळणें व मळी पुनः काढणें असें दोन वेळ करून मग जमिनीवर पाकाचा एक टिपका टाकून पहावें, टिपका पसरला नाहीं ह्मणजे पाक पक्का झाला सजमावें. मग तो पाक शिजलेल्या केशर मिश्रित भातामध्यें साखरेच्या ठिकाणीं ओतावा, आणि कढ येऊं द्यावा. बाकी इतर कृति सर्व पूर्वींच्या कृतिप्रमाणेंच होय. नुसत्या साखरेनें भात किंचित् काळसर होतो, ह्मणून साखरेचा पाक करून मळी काढण्याची ही खटपट आहे.

---

१८ नारळीभात.

एक शेर तांदूळ घेऊन शिजवावें. कढ येतांच वेळून मोकळा भात करावा. मग कल्हईच्या परातींत भात पसरून घ्यावा. एक भार केशर खलून त्या भातास लावावें. नंतर तीन नारळांचा पांढरासफेत कीस काढून तो परातींतल्या भातास लावावा. मग साखरेचा पाक किंवा साखर दोन शेर, दीड भार वेलदोड्यांची पूड, बेदाणा पावशेर, बदामांचे सोलीव कांप पावशेर, अशा जिनसा घालून—नंतर कल्हईच्या पातेल्यांत अर्धा शेर तूप घालून लवंगा घालून फोडणी करावी. आणि तो तयार केलेला भात त्यांत घालावा. दोन कढ आल्यावर खालीं घेऊन खडीसाखर व वेलदोड्यांची पूड टाकून वाढावा.

---

१९ गूळभात.

शेरभर तांदुळांत दोन नारळ किसून घालून गूळ चांगला पक्का दीड शेर घ्यावा. काळा गूळ नसावा. मग फोडणीस तूप अर्धा शेर घालून त्यांत हा भात घालावा, आणि चांगली वाफ येऊं देऊन खालीं उतरून वाढावा. यांत फक्त वेलदोड्यांची पूड घालावी, बाकी केशर, बदाम वगैरे मसाला [illegible] े. हा भात गरिबीचा आहे.

२० वांगीभात.

शेरभर तांदुळ चांगले सडलेले घेऊन धुऊन वरळींत निथळत ठेवावे. नंतर त्यांस दोन रुपये भार तूप लावावें. मग धणे अर्धपाव, खोबरें पावशेर, लवंगा दोन भार, जिरे, शाहाजिरे, मिरे, दालचिनी, नागकेशर, वेलदोडे हे सर्व जिन्नस एकभारप्रमाणें, हिंग अर्धमासा, मिरच्या पांचभार, हळकुंड दोनभार, याप्रमाणें सर्व जिनसा घेऊन तुपांत तळाव्या. शाहाजिरे मात्र तळूं नयेत. मग शाहाजिऱ्यांसह सर्व वाटावें. मग दीडशेर वांगीं चांगलीं कोंवळीं आणि काळीं घेऊन देंठ अर्धे ठेवून अर्धे काढावे. कांटे असल्यास काढून टाकावे. चारफाकी चिरून, वाटलेल्या मसाल्यांत वाटतांना किंचित् रंग येण्याकरितां एरंडाचा कोळसा बेतानें घालावा. आणि पांचभार मीठ वाटून मसाल्यांत घालून तो अर्धा मसाला तूप लावून तयार ठेवलेल्या तांदुळांस लावावा. बाकी अर्धा मसाला एकभार चिंच घेऊन तिच्या बल्कांत कुसकरून तो मसाला वांग्यांत भरावा. नंतर तांदुळाचे दुप्पट पाणी आधणास ठेवावें. मग कल्हईचें भांडें (पातेलें) चुलीवर ठेवून त्यांत पावशेर तूप घालून फोडणी तापवून मोहऱ्या घालून मग मसाला भरलेलीं वांगीं फोडणीस घालावीं. खालवर करून त्याच्या तोंडावर पाण्यानें भरलेलें भांडें झांकण ठेवून चांगल्या दोन वाफा येऊं द्याव्या. नंतर वांगीं काढून घेऊन त्याच पातेल्यांत पुनः पावशेर तूप व एकभार लवंगा घालून फोडणी करून त्यांत तांदुळ घालावे. खालवर करून मग आधणाचें पाणी त्यांत ओतावें. मग भात बोटचेपा झाल्यावर त्यांतून अर्धा भात बाहेर परतून ओघराळ्यानें किंवा पळीनें काढून घेऊन तयार

केलेलीं वांगीं राहिलेल्या चुलीवरील भाताच्या भांड्यांत घालावीं. आणि पुनः बाहेर काढलेला भात त्यांत घालावा. मग अर्धाशेर तूप त्यांत ओतून झांकण ठेवून भाताचें तपेलें निखाऱ्यावर ठेवावें. पाहिजे तर भांड्याचे तोंडावरही निखारे ठेवावे. मग चांगली वाफ आल्यावर त्यांत ओला नारळ खोवून दहाभार घालून—नंतर तो भात वाढण्यास घ्यावा.

[illegible]डी।

शेरभर तांदूळ चांगले सडलेले घेऊन त्यांत मुगाची सोलीव डाळ अर्धा शेर घालून तीं दोन्ही एकत्र करावीं. स्वच्छ दोन वेळ धुऊन दुप्पट पाण्याचे आधणांत ओतून शिजूं द्यावीं. कढ आला ह्मणजे वांगी भाताचा मसाला सांगितला आहे त्याप्रमाणें मसाला—मसाल्यांत एरंडाचा वगैरे कोळसा मात्र अगदीं असूं नये.—असा मसाला सुमारें तीन भार त्यांत तयार करून घालावा. मसाल्यांत मीठ नसल्यास दोन भार मीठ घालावें. मग अर्धा शेर तूप त्यांत सोडावें. खिचडी बोटचेपी झाल्यावर चुलीवरून उतरून निखाऱ्यावर ठेवावी.

मग पावशेर तूप घालून पातेलें चुलीवर ठेवून तीन मासे मोहऱ्या आणि अर्धा मासा हिंग घालून खिचडीस त्यांत फोडणी द्यावी. वाढते वेळीं तींत एक नारळ खोवून घालावा.

दुसरा प्रकार.—शेरभर तांदूळ व अर्धा शेर मुगाची सोलीव डाळ हीं एकत्र मिसळून रोवळींत घालून, निथळत ठेवावी. व निथळल्यावर—एक भार तूप त्या मिश्रणास लावून ठेवावें. नंतर पावशेर खोबरें व लवंगा चुलीवर तवा ठेवून, तुपांत खुसखुशीत परतून घ्यावें. नंतर खोबरें बारीक करून व लवंगा, वेलदोड्यांचे दाणे आणि एक भार जिरे बारीक करून पूड करावी. पांढऱ्या मिऱ्यांची भरड पूड करून एकभार घ्यावी. बदामांचे काप पावशेर घ्यावे, केशर पांच मासे खलून ठेवावें. नंतर चुलीवर भांडें ठेवून त्यांत पावशेर तूप व मोहऱ्या, हिंग घालून फोडणी तयार करावी. आणि तयार करून ठेवलेले तांदूळ त्यांत फोडणीस घालून—त्यांत आधणाचें पाणी दुप्पट घालावें. मग कढ येण्याचे सुमारास केशर आणि तयार करून ठे-

वलेला सरंजाम सर्व घालावा. आणि चांगली पळी फिरवावी. नंतर बोटचेपी झाल्यावर निखाऱ्यावर उतरून त्यांत अर्धा शेर तूप ओतावें व चांगली वाफ येऊं द्यावी. मग वाढतांना त्यांत ओल्या खोबऱ्याचा चोंव दहा भार मिसळून ती वाढावी.

तिसरा प्रकार.—डाळ व तांदूळ एकत्र करून धुऊन निथळूं द्यावे. मग दहा भार तुपाची फोडणी करून त्यांत फोडणीस घालावे. नंतर अर्धा पाव खोबरें, एकभार जिरे, एकभार लवंगा, एकभार मिरे, मासाभर हिंग, तीन मासे हळद यांची पूड करून ठेवावी. आधणाचें पाणी दुप्पट घालून कढ आल्यावर हा मसाला घालावा नंतर बोटचेपी झाल्यावर निखाऱ्यावर घेऊन मीठ दोन भार घालावें, त्यांत पावशेर तूप सोडावें आणि वाफ आल्यावर त्यांत ओल्या खोबऱ्याचा चोंव पांच भार घालून ही खिचडी वाढावी. ही खिचडी गरीबीची होय; व त्यांत हळद, मीठ, लवंगा, खोबरें आणि तूप घालून उपयोगांत आणतात. ही खिचडी अगदीं साधी आणि गरीबीची होय.

---

२२ वरण.

महाराष्ट्र देशांत पात्रावरील अन्नपदार्थांत मुख्य पदार्थ दोन समजतात; एक पांढरा भात, आणि वरण. ह्मणून भाताचीमूद पात्रावर मध्यभागीं वाढून—त्यावर वरण (वरान्न—श्रेष्ठ अन्न) वाढण्याची चाल शिष्ट सांप्रदायांत आहे.

वरण करण्याचा प्रकार असा आहे कीं, पावशेर तुरीची डाळ चांगली सडीक घेऊन निवडून ती पाण्यानें धुऊन निथळूं द्यावी. तीस एक भार तूप लावावें. आणि मग शेरभर पाण्याचे आधणांत ओतून शिजूं द्यावी. एक कढ आल्यावर त्यांत हळदीची पूड एक मासा व हिंग एक गुंज घालावा. आणि मग झांकण ठेवावें. शिजण्यापूर्वीं डाळीस ढवळूं नये. लोखंडाची पळी तर डाळींत मुळींच घालूं नये. कारण वरण काळसर होतें. मग शिजल्यावर त्यांत एक भार मीठ, एक भार तूप चांगलें घालून मग ढवळावें. पाणी लागल्यास

ऊन पाणी अंगासरसें घालून पळीसांडें होऊं द्यावें. डाळ लौकर शिजत नसल्यास कोणी मासाभर पापडखाराची पूड घालतात–कोणी एक भार तूप किंवा तेल घालतात. व मग वाढावें. याप्रमाणें कोणी मुगाचें वरण, कोणी उडदाचें, कोणी मसूरीच्या डाळीचें, याप्रमाणें वरणें करितात. परंतु ही गोष्ट रुचिवैचित्र्यावर आहे. मुख्य वरण ह्मणजे तुरीचें खरें आहे. कोणी मिसळीचें वरण करून त्याला मीठ मिरची घालून फोडणी देतात. त्याला फोडणीचें वरण ह्मणतात. मिसळीचे वरणास तुरीचीडाळ, हरभऱ्याचीडाळ, उडदाचीडाळ आणि मुगाची अशा चार घेतात. या वरणास आंबट घातलें ह्मणजे आंबट वरण ह्मणतात. कोणी फोडणीचें वरण ह्मणतात आणि कोणी मंदोसरी वगैरे अशींही नांवें देतात. बडोद्याकडे आणि बहुतेक गुजराथ देशांत तुरीचें वरण करून त्यांत मीठ मिरची घालून व आंबट घालून फोडणी देतात. आणि वरणास–खाटीडाळ, असें म्हणतात. या खाटडाळीचा सांप्रदाय गुजराथेंत फार आहे. मोठ्या समारंभांत व पक्कान्नांच्या भोजनांत देखील खाटीडाळ केल्याशिवाय चालत नाहीं. हिंदुस्थांनात मुगाच्या डाळीचा प्रचार फार आहे.

भाग चौथा समाप्त.

पाकदर्पण,

अथवा

महाराष्ट्रीय स्वयंपाकशास्त्र.

भाग पांचवा.

पक्वान्नें.

१ पुरणपोळी.

हरभऱ्याची डाळ अर्धाशेर चांगली निवडून घेऊन सव्वाशेर आधणांत घालून शिजूं द्यावी. शिजली ह्मणजे त्यांतील राहिलेलें [illegible] शेर गूळ [illegible]गावा. नंतर पुरण वाटण्यासारखें असल्यास बरें; नाहीं पेक्षां पातळ असल्यास पुनः चुलीवर अंमळ घट्ट होऊं द्यावें. मग खालीं उतरून चांगलें बारिक वाटावें. वाटतांना वेलदोड्यांची पूड एकभार आंत मिसळून द्यावी. याप्रमाणें पुरण तयार झाल्यावर मग कणीक भिजवून चांगली तिंबून अम्मळ असट अशी घ्यावी. अर्धाशेर पुरणास कणीक दीडपाव घेणें हा उत्तमपक्ष आणि अर्धाशेर पुरणास अर्धाशेर कणीक घेणें हा मध्यम पक्ष होय. या कणकींत एकभार तेल व अर्धाभार बारीक करून मीठ मिसळावें आणि चांगली तिंबून मऊ करून ठेवावी. नंतर तिंबलेल्या कणकींतून थोडा कणकीचा गोळा घेऊन त्यांत पुरण घालून मग त्याला सपीट लावून पोळी पोळपाटावर लाटून तव्यावर टाकावी.

तव्याच्या बुडास मातीचा लेंप पूर्वींच दिलेला असावा किंवा राख आणि मीठ यांचा लेंप दिलेला असावा; ह्मणजे पोळी बहुतकरून करपत नाहीं. अर्धाशेराच्या पुरणास अर्धापाव तांदुळाची किंवा कण्यांची पिठी पुरी होते. या प्रमाणानें हव्या तेवढ्या अधिक पुरणाच्या पोळ्या करण्यास चिंता नाहीं.

२ साखरेची पोळी.

वर सांगितल्याप्रमाणें कणीक तयार करून पुरणाच्या ऐवजीं नुस्ती साखर किंवा गुळाचेंच पुरण घालून पोळी करतात.

---

३ सांज्याची पोळी.

गव्हाचा सांजा चांगला तयार करून तो शिजवावा. आणि शेरी दीडशेर गूळ घालून पळीनें चांगलें घाटून सारखें करून पुरणाप्रमाणेंच पुढील सर्व कृति करून सांज्याच्या पोळ्या तयार कराव्या.

---

४ रसपोळी.

रवा व पिठी [illegible] शेरभर घेऊन त्यांत चारभार मोहन मग पाणी घालून वट्ट तिंबून ठेवावा. मग त्याचे एवढे दोन गोळ घेऊन सारखे गोल करून एकावर एक ठेवून लाटावे. पुनः तशाच आणखी दोन लाटून पूर्वीच्या व ह्या एकावर एक ठेवून लाटाव्या. पुनः त्याची चौघडी करून लाटावें. मग या प्रमाणें तयार झाल्यावर तव्यावर घालून भाजावी. दोन्ही अंगांनीं भाजावी आणि दोन शेर दुधांत अर्धा शेर साखर व वेलदोड्यांची पूड अर्धाभार घालून व खसखस दोनभार वाटून त्या दुधास लावून मग त्या दुधांत ह्या ऊन ऊन पोळ्या सोडाव्या. आणि मग वाढाव्या.

---

५ खोबऱ्याची पोळी.

तांदूळ पावशेर भिजवून वाळवावे. नंतर दोन ओल्या नारळांचा कीस व ते तांदूळ पाणी शिंपून बारीक वाटावे. नंतर गूळ सव्वाशेर किंवा साखर दीड शेर घेऊन अर्धा शेर पाण्यांत शिजत ठेवावी. नंतर त्यांत एकभार मीठ, एकभार वेलदोड्यांची पूड असे घालून हें वाटलेलें खोबरेंही घालावें. मग गोळी होऊं न देतां शिजवून खालीं निखाऱ्यावर उतरून ठेवून झांकण ठेवावें, ह्मणजे पुरणाप्रमाणें हो-

तें. मग पुरणाचे पोळीप्रमाणें कणीक तयार करून लिंबाएवढी गोळी घेऊन त्यांत तें पुरण घालून मग खसखसीत घोटून पिठी थोडी थोडी लावून पोळी लाटून तयार करून तव्यावर घालावी. पुढील सर्व कृति पुरणाप्रमाणेंच.

---

६ खव्याची पोळी.

शेरभर ताजा खवा घेऊन त्यांत शेरभर साखर घालावी. वेलदोड्यांची पूड एकभार घालून पुरण सिद्ध करावें. आणि रवा भिजवून तिंबून पोळी करून त्यांत हें पुरण घालावें. बाकी सर्व कृति पुरणाचे पोळीप्रमाणेंच.

७ पांढरी पोळी.

नुस्ती कणीक अथवा रवापिठी घेऊन त्यांत शेरास एक भार बारीक मीठ व तूप किंवा चार भार तेल मोहन घालून मग भिजवून तिंबून तयार करावी,आणि पोळी लाटावी.या पोळीला साधी (पांढरी) पोळी ह्मणतात. परंतु घडीवरघडी घालून लाटली ह्मणजे तिला घडीची पोळी ह्मणतात.

---

८ तिखटमिठाची पोळी.

उडदाची डाळ पावशेर व हरभऱ्याची डाळ पावशेर एकत्र करून भिजत घालावी. नंतर ती वाटते वेळीं त्यांत दीडभार मीठ, दोन भार ओल्या मिरच्या, एक भार कोथिंबीर,अर्धमासा हिंग,व अर्धमासा हळद असे घालून बारीक वाटावी. नंतर पुरणपोळीप्रमाणें कणीक तयार करून हें सिद्ध केलेलें पुरण त्यांत घालून पोळ्या लाटाव्या.

---

९ सांजोऱ्या.

जाड रवा काढून घेऊन तूप लावून तो भाजून घ्यावा. नंतर दोन नारळांचा कीस काढून वाटून त्यांत शेरी दीड शेर साखर किंवा गुळ आणि अर्धपाव तूप घालून तें खोबरें शिजत ठेवावें. एक कढ येऊन

पाक झाला ह्मणजे त्यांत तो रवा ओतावा. व ढवळून खालीं उतरून झांकून ठेवावा. नंतर-सदर्हू पुरणांत गूळ घातला असेल तर चांगली कणीक शेरभर घेऊन त्यांत चार भार तूप घालून व एक भार बारीक मीठ त्यांत घालून भिजवून चांगली मळून तयार करावी. परंतु पुरणांत साखर असल्यास रवा आणि सपीट शेरभर घेऊन भिजवून तयार करावी. मग अर्ध्या लिंबाएवढी गोळी घेऊन तांदुळाची पिठी लावून लाटावी. आणि पुरणांतून मोठ्या लिंबाएवढी गोळी घेऊन त्या लाटलेल्या पापडींत घालून मग पुनः त्याची गोळी करून लाटून सारखी वाटोळी करून तव्यावर टाकावी. मग दोन्हीही अंगांनीं भाजल्यावर त्यावर तूप सोडावें आणि थोडी परतून घेतली म्हणजे झालें.

---

१० खांडपोळी किंवा खांडवड्या.

हा पदार्थ विशेषेंकरून कोंकणांत करण्याचा प्रघात फार आहे. चांगले बारीक तांदूळ घेऊन सडून धुऊन निथळून घ्यावे. नंतर भरडून त्यांच्या मोठ्या कण्या कराव्या. नंतर आधण ठेवून-त्या कण्या तूप लावून भाजून काढून आधणांत घालाव्या. मग कढ येऊन वाफ जिरण्याचे सुमारास त्यांत दीडशेर गूळ, एक किसलेला ओला नारळ, एकभार वेलदोड्यांची पूड असे पदार्थ घालून झांकून निखाऱ्यावर ठेवावें. गुळाचें चांगलें मिश्रण होण्याकरितां पळीनें ढवळून सारखें करावें. मग पाटावर ओलें फडकें आंथरून त्यावर हा सांजा पसरावा, आणि ओलें फडकें त्यावर पांघरूण घालून वरून लाटणें फिरवून सारखें करावें. पसरलेल्या सांज्याचा थर दोन बोटें जाडीचा असावा. नंतर फडकें काढून चाकूनें वड्या चार चार बोटांच्या सुमारें काढाव्या.

---

११ खापर पोळी.

हाही पदार्थ कोंकणचाच आहे, तथापि देशांतही कोणी कधीं कधीं करतात. चांगले जुने, बारीक, सडलेले असे तांदूळ शेरभर घे-

ऊन धुऊन निथळूं द्यावे. नंतर धोतरावर पसरून वाळवून बारीक द-ळावे. नंतर त्या पिठास पावशेर तूप चोळावें. मग कल्हईच्या परातींत घालून हातानें चांगलें फेंसावें. आणि दाट ठेवावें. नंतर एक मातीचा नवा परळ घेऊन त्याचे बुडास चुना लावून वाळवून तो चुलीवर ठेवावा. चांगला तापला ह्मणजे त्यावर हें तयार केलेलें पीठ वाटीनें ओतून त्याच्या बेतानें पातळ पसरट पोळीच्या आकृतीनें ओतून वाफ न जाण्याकरितां त्यावर भांडें झांकण ठेवावें. नंतर कांहीं वेळानें ती निखळून काढून तीन शेर दूध तापवून त्यांत शेरभर गूळ घालून व एकभार वेलदोड्यांची पूड घालून त्या दुधांत ह्या पोळ्या सोडाव्या आणि मग वाढाव्या.

---

१२ पुऱ्या.

चांगल्या रव्याच्या कराव्या हें उत्तम. कोणी कणकीच्याही करतात. कृति अशी आहे कीं, कणीक किंवा रवा कालवितांना त्यांत पांच भार मोहन तूप व सहा मासे मीठ घालावें, आणि घट्ट कालवून गोळा करून ठेवावा. नंतर कल्हई केलेल्या कढईंत दीड पावशेर तूप ठेवून त्यांत लिंबा येवढ्या गोळीची पुरी लाटून सोडून द्यावी. दोन्ही अंगांनीं खालवर करून फुगूं द्यावी. मग बाहेर काढावी. अशा प्रकारें सर्व पुऱ्या कराव्या.

---

१३ तेलच्या.

पुरणाच्या पोळीप्रमाणें पुरण तयार करून तिंबलेल्या कणकीची लिंबा येवढी गोळी घेऊन लाटून त्यांत लिंबायेवढें पुरण घालून मग लहान तळहातायेवढी पोळी लाटून तेलांत किंवा तुपांत तळून काढावी.

---

१४ कडबू.

सदर्हूप्रमाणें पुरण तयार करून लाटलेल्या कणकीच्या पोळीवर आडवें घालून मग आडव्या रीतीनें कानवल्याप्रमाणें करून तुपांत किंवा तेलांत तळून काढावे.

१५ कानवले.

कानवले बहुतकरून गुळाचे करतात. कोणी साखरेचेही करतात. कणीक तिंबून लिंबा येवढी गोळी घेऊन लाटून त्यांत गुळाचें किंवा साखरेचें पुरण घालून आडव्या रीतीनें तोंड बंद करून मुरडून मग तव्यावर किंवा निखाऱ्यावर भाजून काढतात. कोणी तळूनही काढतात. आणि कोणी उकडूनही करतात.

---

१६ मोदक व दिंडें.

तांदुळाचें पीठ बारीक दळून–त्याची उकड घेतात. मग लिंबायेवढी गोळी घेऊन त्यांत ओल्या खोबऱ्याचें सारण (पुरण) घालून चोहोंकडून तोंड बंद करून घेऊन मोदकाची आकृति करून एका भांड्यांत पाणी व पाचोळा घालून त्याचें तोंड फडक्यानें बांधून झांकण ठेवून चांगली वाफ येऊन मग त्या फडक्यावर हे मोदक किंवा दिंडें ठेवून झांकण ठेवून दोन तीन वाफा चांगल्या येऊं देऊन नंतर खालीं काढून वाढावे.

मोदक कणकीचे करून कोणी त्यांत हरभऱ्याच्या डाळीचेंही पुरण घालतात. कोणी नुस्त्या गुळाचे व साखरेचेही मोदक करतात. याचप्रमाणें दिंडेंही पुरण घालून करतात. दिंडें हा पदार्थ मोठासा चांगला आहे असें जरी नाहीं तरी नागपंचमीच्या दिवशीं सर्वत्र करण्याची चाल आहे.

---

१७ मालपुवा.

हिंदुस्थानांत विशेषेंकरून, त्याचप्रमाणें मारवाडांत, आणि महाराष्ट्रांतही कोठें कोठें हा पदार्थ करतात. गव्हाचा रवा चांगला एक शेर घेऊन त्यांत तूप पांच भार व तांदुळाचें पीठ चार भार घालून पाण्यानें किंवा दुधानें भिजवावा. नंतर क्षणभरानें पाट्यावर वरवंट्यानें कुटावा. त्यास पुनः दोन भार तूप व एक भार तांदुळाचें पीठ लावून फेंसावें. मग त्यांतील एक गोळी लिंबाएवढी घेऊन पिठी लावून पोळपाटावर लाटावी. जितकी पातळ होईल तेवढी

चांगली. याप्रमाणें सर्व लाटून ठेवाव्या. नंतर साखर एक शेर, खोबरें किसलेलें अर्धशेर व एक भार वेलदोड्यांची पूड असे एकत्र करून–नंतर लाटलेली एक पोळी तव्यावर घालावी, त्यावर हें मूठभर सारण पसरावें आणि मग त्यावर दुसरी पोळी घालावी मग पुन: मूठभर सारण घालून आणखी एक पोळी वर घालावी. या प्रमाणें चारपूड करून मग वरून तूप सोडून परतून घ्यावी. एकेक पोळी घातल्यावर तूपही सोडीत जावें. याप्रमाणें परतल्यावर त्याला चार पांच पुडें होतात.

---

१८ मांडे पुरणाचे.

पाऊणशेर रवा, पावशेर पिठी, ह्यांत एकभार मीठ घालून मिसळून पाण्यानें कालवून ठेवावें. तें फार घट्ट ना पातळ असें मध्यम कालवावें. नंतर उत्तम साखर सव्वाशेर घेऊन चांगली वाटावी; त्यांत खडा अगदी राहूं देऊं नये. नाहीं तर मांडा फुटतो. नंतर त्यांत दहाभार भाजून वाटलेली खसखस, एकभार वेलदोड्यांची पूड, सहाभार गव्हाची पिठी, व अर्धाशेर कढविलेलें तूप अशा चार जिनसा त्या वाटलेल्या साखरेंत मिसळून मळाव्या. पुन: आणखी पाट्यावर घालून त्या चांगल्या वाटाव्या; ह्मणजे हें पुरण उत्तम होतें. नंतर कालवून ठेवलेली रवापिठी परातींत घेऊन पाण्याचा हात देऊन खूप तिंबून मऊ करावी. तांदुळाची पिठी वस्त्रगाळ करून घ्यावी. हा सर्व सरंजाम स्वच्छ शुभ्र वस्त्राखालीं झांकून ठेवावा. नंतर खापराचा डेरा कांठ फोडून घेऊन सारखा करून वरून चुना लावून वाळवावा. व चुलीवर पालथा घालून जाळ बाहेर जाणार नाहीं असें तोंड लिंपून घ्यावें. अथवा डेऱ्यास एका अंगानें भोंक पाडून लांकडें व विस्तव आंत जाईल असें करावें. धूर जाण्यास मात्र मागील भागीं दोन लहान भोंकें डेऱ्यास ठेवावीं. मग डेरा उपडा घालून आंत जाळ करावा. तथापि डेरा चुलीवर पालथा घालून लिंपून घ्यावा. ही क्रिया चांगली. मांडे करण्याची कृति अशी आहे कीं, चारभार तूप, एकभार साखर, व एकभार तांदुळानें

पीठ, अशीं तिन्हीं एकत्र करून फेंसून सदरीं काढवून ठेवलेला रवा पिठीस लावून तिच्या लिंबाएवढ्या गोळ्या करून झांकून ठेवाव्या. नंतर त्या दोन गोळ्या घेऊन मध्यें पुरणाची गोळी ठेवून बोटांनीं चेंपून सारखी करून पोळपाटावर पोळपाटभर लाटून मग दोन्ही हातांनीं हातावर घेऊन मग तो वाढत जाऊन कोंपरावर येतो. त्यास हातांनीं ढकलून ढकलून बराच मोठा झालेला तो मांडा तापलेल्या डेऱ्यावर पसरावा. मग थोड्या वेळानें लागलीच तेथें त्यावरच त्याची घडी घालून दोन लांकडांवर हलकेंच ठेवावा. ह्मणजे निवतांच मोठा होऊन फुगतो. याप्रमाणें शेराचे बारा चौदा मांडे होतात. हे दुधांत भिजवून खातात.

---

१९ साधे मांडे.

कृति सर्व वरच्याप्रमाणेंच आहे. मात्र यांत पुरण नाहीं. रवापिटीच्या गोळ्या दोन न घेतां एकच घ्यावी. पोळपाटावर लाटून विस्तृत झाल्यावर तापलेल्या डेऱ्यावर घालून भाजून घेऊन खालीं काढून ठेवावा. याप्रमाणें सर्व मांडे करावे.

---

२० दुधाचा मांडा.

दूध आटवावें. नंतर मातीचें रुंद बुडाचें पात्र पूर्वीं सांगितल्याप्रमाणें चुलीवर उपडें ठेवून खालीं मंद जाळ लावावा. तापल्यावर लांकडें काढून घेऊन निखारे मात्र ठेवावे. आंच निखाऱ्यांची चांगली असावी, मग स्वच्छ वस्त्राचा बोळा घेऊन आटवलेल्या दुधांत बुचकळून डेऱ्यावर पांचवेळ चांगला फिरवावा. व हातानेंही थोड थोडें आटीव दूध त्यावर पातळ सोडावें. ह्मणजे आंच लागून क्षणभरानें वरील दुधाचा मांडा निखळून येतो. त्याची घडी ऊन असतांनांच करावी. याप्रमाणें सर्व मांडे करावे.

---

२१ धिर्डीं.

तांदुळाच्या पिठाचीं धिर्डीं करतात, तीं उत्तम गव्हाचीं; आणि

ज्वारीच्या पिठाचीं करतात तीं मध्यम होत. करण्याची कृति अशी आहे कीं, तांदूळ धुऊन वाळवून बारीक दळावे. मग तें पीठ पाण्यांत कढीसारखें अम्मळ दाट असें कालवून चुलीवर तवा ठेवून तो तापला ह्मणजे त्यावर तूप किंवा तेल बोळ्यानें लावून मग वाटीनें कालविलेलें कढीसारखें तें पीठ घेऊन तव्यावर वाटोळी धार फिरती धरून पोळीच्या गोल आकृतीप्रमाणें सोडावें. नंतर वर झांकण ठेवून चांगली वाफ येऊं द्यावी. मग झांकण काढून घिर्डे उलट करून पुनः तव्यावर घालून झांकण ठेवून वाफ येऊं द्यावी. याप्रमाणें झाल्यावर खालीं काढावें. अशीं सर्व घिर्डीं करावीं. पीठ पाण्यांत कालविते वेळीं त्यांत पीठ पावशेर असल्यास सहा मासे मिठाची पूड टाकावी.

गव्हाचीं व ज्वारीच्या पिठाचीं घिर्डींही अशींच करतात. बेसनाच्या पिठाचे घिर्ड्यांत तांबडें तिखट पाऊणभार घालावें. हें घिर्डें तोंडीं लावण्यास चांगलें चुरचुरीत व खरपूस होतें.

---

२२ दळयालाडू.

रवा पावशेर [illegible] निरनिराळीं घेऊन त्यांस प्रत्येकीं पांचभार तूप चोळून वरून निरशा दुधाचा शिपका देऊन दडपून ठेवावें.नंतर छटाक तुपांत रवा व छटाक तुपांत तें सपीट तळून काढावें. नंतर तें दीड पावशेर तूप घेऊन त्यांत तीन पावशेर साखर परातींत घालून चांगलें फेंसावें ह्मणजे खूप पांढरें होईल. नंतर त्यांत अर्ध तोळा वेलदोड्यांची पूड, अर्धापाव बदामाचे काप, अर्धापाव बेदाणा, आणि अर्धापाव खडी साखर घालावी. मग हे सर्व एकत्र केल्यावर त्यांत तो तळलेला रवा सपीट घालावें. आणि सारखें हातानें कालवून आंब्याऐवढे लाडू करावे.

---

२३ बेसनाचे लाडू.

हरभऱ्याच्या डाळीचें पीठ अर्धाशेर घेऊन पाऊणशेर तूप तापवून त्यांत तें पीठ ओतावें. व वरचेवर ढवळावें. तें कढीसारखें दिसूं लागतें. मग पळीनें वरचेवर ढवळीत असतां खमंग वास आला ह्मणजे व रंगही

किंचित् लालसर झाला ह्मणजे पांचभार दूध शिंपून ढवळावें. ह्मणजे दरदरून फुगून पातेलें वर भरून येतें. मग मीठ मोकळें दिसूं लागलें ह्मणजे खालीं काढून निवत ठेवावें. मग त्यांत पाऊण शेर साखर, अर्धा पाव बेदाणा, अर्धा तोळा वेलदोड्यांची पूड, अर्धा पाव बदामांचे सोलीव काप, व अर्धा पाव खडीसाखर याप्रमाणें कालवून लाडू करावे.

उडदाचे लाडू.—उडदाची सोलीव डाळ दळून घेऊन—मग बाकी सर्व कृति बेसनाचे लाडूप्रमाणें समजावी. हे लाडू पौष्टिक आहेत.

मुगाचे लाडू अथवा मुगदळाचे लाडूही याच प्रकारच्या कृतीनें करावे.

तांदुळाचे लाडूही अशाच रीतीनें करतात.

नाचण्याचे लाडू.—नाचण्या तीन दिवस भिजत घालून वाटाव्या. मग तें पीठ पुष्कळ पाण्यांत घालून कालवून वस्त्रा[illegible] पानिवळत ठेवावें. [illegible] ण्याची निवळ ओतून काढावी. सत्व वाळल्यावर तळून काढून दूध शिंपडूं नये. या पुढील सर्व कृति बेसनाचे लाडूप्रमाणेंच समजावी. हे लाडू मोठे शक्तिवर्धक आहेत. नियमित प्रमाणानें सेवन केले असतां मोठा लाभ आहे. ह्मणून अशक्त मनुष्यास हे लाडू फार चांगले.

---

२४ चांचणीचें बेसन.

हरभऱ्याच्या डाळीचें पीठ वस्त्रगाळ करून जो रवा चाळणींत वरच्या अंगीं शिलक राहील, तो अर्धा शेर घेऊन पाऊण शेर तुपांत तळून घ्यावा. तळते वेळीं यावरही निरसें दुध शिंपडावें. चांगला ढवळावा. मग दरदरून फुगून येऊन मोकळा होईल. नंतर एकशेर साखरेचा पाक करून त्यांत हा तळलेला रवा, आणि मागें बेसनाचे लाडवास सांगितला आहे तसा चार जिनसांचा मसाला घालून लाडू वळावे. याला वरून तूप घालण्याची गरज नाहीं.

२५ वाटल्या डाळीचे लाडू किंवा चंद्रविलास.

डाळ पाण्यांत भिजत घालून भिजली ह्मणजे वाटून तळून काढावी. तळतांना दूध घालूं नये. वरकड सर्व पुढील कृति चांचणीचे बेसनाप्रमाणें.

---

२६ डाळीचे लाडू किंवा खुर्म्याचे लाडू.

हरभऱ्याची डाळ निरशा दुधांत रात्रीं भिजत घालून ठेवावी. दुसरे दिवशीं कोरडी करून पसापसा तुपांत घालून तळून काढावी. मग साखरेचा पाक पक्का करून त्यांत तळीव डाळ घालून लाडू बांधावे. यांत बदाम वगैरे मसाला नको.

---

२७ बुंदीचे लाडू.

हरभऱ्याच्या डाळीचें पीठ अगदीं बारीक दळून घेऊन एक शेर पिठास चारभार तूप व एकभार मीठ घालून पाण्यानें कालवून फेंसावें. नंतर चुलीवर तळणी ठेवून त्यांत सव्वाशेर तूप घालावें. आणि कालवून पळीसांडें केलेलें हें पीठ बुंदी पाडावयाचा झारा हातांत घेऊन त्यांत ओघराळ्यानें घालावें. आणि झाऱ्याच्या दांड्यावर हातानें ठोकावें. ह्मणजे कळ्या तळणींत पडतील. मग तळल्या गेलेल्या कळ्या दुसऱ्या झाऱ्यानें बाहेर काढून चाळणींत टाकाव्या. ह्मणजे चाळणींतून तूप निथळून जाऊन फक्त कळ्याच राहतील. चाळणी खालीं तूप पडण्यास एक पातेलें कल्हईचें असावें. प्रत्येक घाण्यास बुंदी पाडण्याचा तो झारा धुऊन काढीत जावा, ह्मणजे छिद्रांतून पीठ निघून जाऊन कळ्या चांगल्या पडत जातील. नंतर आडीच शेर साखर घेऊन त्याचा पक्का पाक करावा. आणि मग त्यांत त्या बुंदीच्या कळ्या घालून लाडू बांधावे. हे लाडू निर्लेप करावयाचे असल्यास पीठ दुधांत कालवावें. मुख्य गोष्टी दोन आहेत. पहिली गोष्ट पीठ बेतानें कालवणें; ह्मणजे फार पातळ नाहीं आणि फार घट्ट नाहीं. आणि दुसरी गोष्ट पाक चांगला करणें ह्मणजे फार कडक नाहीं व कच्चाही नाहीं.

कळ्या पाडण्याचा झारा वरचेवर धुतल्यानें पीठ अधिक नासेल

असें वाटल्यास पाणी पुनः पीठ काळविण्यास घेत जावें. आणि शेवटीं त्या पाण्यांत तळाशीं पीठ राहिल्यास त्याचा झुणका व भजीं करावीं.

---

२८ मोतीचुराचे लाडू.

पिठाची, व पीठ कालविण्याची कृति सर्व बुंदीच्या पिठा प्रमाणें. झारा मात्र निराळा. या झाऱ्यावाटें बाजरी एवढा दाणा, आणि श्रीक्षेत्र काशी येथील झाऱ्याप्रमाणें झारा मिळाल्यास खसखशी सा-रखा दाणा पडतो. मग हे दाणे दुसऱ्या झाऱ्यानें बाहेर काढून. ने-ऊन लागलीच पाकांत टाकीत जावें. पाक मळी काढून चांगला पक्का केलेला असावा. शेरभर पीठ कालविलें असल्यास तळगास तूप शेरभर घालावें. शेरभर डाळीचे पिठास तीन शेर साखरेचा पाक करावा. साखऱ्या असल्यास शेरी चार शेर घ्यावा. शेरी अर्धा शेर पाणी घालावें. पाकांत अर्धातोळा किंवा पाऊणतोळा केशर खलून घालावें. लाडू बांधते वेळीं बदामाचे बारीक काप पावशेर, बे-दाणा पावशेर, खडीसाखरेची बारीक भरड पावशेर, वेलदोड्यांची पूड तोळाभर असा मसाला घालून लाडू बांधावे.

---

२९ साखरलाडू.

धुतलेल्या तांदुळाची पिठी शेरभर अर्धशेर तुपांत भाजावी. नंतर अर्धशेर तुपांत दीडशेरसाखर फेंसून त्यांत ती पिठी कालवून एकभार वेलदोड्यांची पूड घालून लाडू बांधावे.

---

३० चुर्मालाडू.

चांगला रवा शेरभर घेऊन त्यांत पावशेर तूप घालावें. आणि हातांनीं चोळून सारखें करावें. मग निरशा दुधानें घट्ट कालवावें. नंतर अर्धाशेर तूप कढईंत ठेवून त्यांत, या पिठाचीं मुटकुळीं करून तळून काढावीं. नंतर तीं हातानें फोडून चुरून चुर्मा परातींत सारखा करावा. नंतर बेदाणा, बदाम, खडीसाखर आणि वेलदोड्यांची पूड हा चार जिनसांचा मसाला मोतीचुरास सांगितला तशा प्रमाणानें

घालून व साखर दीड शेर घालून कालवून सारखें करून लाडू बांधावे.

हें पक्वान्न मारवाडी, गुजर, पुरभय्ये वगैरे लोकांत फार करितात. महाराष्ट्रीय लोकही क्वचित् करतात. लाडू चांगले होतात म्हणून हें पक्वान्न उत्तमांत गणल्यास चिंता नाहीं.

---

३१. चुराचुर्मा.

अर्धाशेर रवा व अर्धाशेर सपीट अशीं दोन्हीं मिळून शेरभर घेऊन त्यांत पावशेर तूप घालावें. नंतर दुधांत किंवा पाण्यांत कालवून त्याच्या पांढऱ्या पोळ्या-रोट्या, डागल्या शिवाय भाजाव्या. नंतर ते रोट मोडून चुरून त्यांचा बारीक भरडा करावा. मग तो चूर चाळणीनें चाळून घेऊन राहिलेला जाडा भरडा पुनः कुटून बारीक करून घ्यावा. नंतर शेरी दीड शेर साखर व मागें सांगितल्याप्रमाणें चार जिनसांचा मसाला घालून सारखें कालवून घ्यावें. नंतर अर्धाशेर तूप त्यांत घालून लाडू बांधावे. हेंही पक्वान्न गुजराथी, मारवाडी वगैरे लोकांत फार करतात-कर्नाटकांतील वाणी लोकही हें पक्वान्न फार करतात.

---

३२ तिळांचे लाडू.

तीळ चांगले करून घेऊन भाजावे. नंतर शेरभर मापी तिळांस वजनी शेर गूळ घेऊन त्यांत पावशेर तूप घालून पाक करावा. मग त्यांत तीळ घालून सारखे करून लाडू बांधावे.

अळ्यांचे, चुरमुऱ्यांचे, राजगिऱ्याच्या लाह्यांचे आणि भुइमुगाच्या दाण्यांचे वगैरे लाडू वरील कृतीनेंच करतात.

---

३३ शेवखंडांचे लाडू.

कणीक शेरभर व हरभऱ्याच्या डाळीचें पीठ अर्धा शेर अशीं दोन्हीं घेऊन त्यांत अर्धपाव तूप व अर्धपाव दूध घालून तें पीठ घट्ट मळावें. नंतर अर्ध अंगूळ जाडीच्या पाटावर लांट वळ्या वळून चार पांच कोळीं घेऊन तुपांत तळून काढावीं. सर्व तळल्यावर

त्यांचे लहान लहान तुकडे करावे. नंतर शेरभर गुळांत अर्धपाव तूप टाकून पाक करावा. आणि त्यांत हे शेवखंडांचे तुकडे घालून लाडू बांधावे.

---

३४ गुळपापडीचे लाडू.

गहूं पाणी लावून सडून वाळवावे. त्यांत अर्धाशेर हरभऱ्याची डाळ घालून ते बारीक दळावे. नंतर तें पीठ तूप लावून थोडथोडें भाजावें. नंतर सव्वाशेर गूळ व त्यांत अर्धाशेर तूप घालून पाक करावा आणि त्यांत हें पीठ घालून सारखें करावें. वेलदोड्यांची पूड सहा मासे घालून लाडू बांधावे.

---

३५ राघवदासाचे लाडू.

शेरभर खवा व दीडशेर साखर घ्यावी. मग रवा पावशेर घेऊन त्यांत तूप घालून कालवून मुटकुळीं होतील असें चोळून केशर मिश्रित दुधांत हा रवा कालवावा. तो घट्ट असावा. नंतर पावशेर तुपांत हा तयार केलेला रवा तळून काढावा. व त्यांत खवा मिसळावा आणि साखर घालावी. व मोतीचुरास सांगितल्याप्रमाणें चार जिनसांचा मसाला मिसळून—व खललेलें केशर लावून मग सर्व सारखें हातानें करून लाडू बांधावे.

---

३६ घिवर.

एक शेर बारीक दळलेला रवा घ्यावा. त्यास पावशेर तूप चोळून लावावें. नंतर हा रवा दुधांत भगरा कालवून दडपून ठेवावा. मग चार घटकांनीं परातींत त्यांतला थोडथोडा घेऊन दूध घालून चांगला फेंसावा. फेंसण्याचें प्रमाण असें आहे कीं, फेंसतां फेंसतां हात वर उचलला तर ताटाच्या व हाताच्यामध्यें चिकट व लांबट अशी तार यावी. नंतर घिवरपात्र चुलीवर ठेवावें. चुलीस व त्या पात्रास मातीनें लिंपावें. म्हणजे जाळ बाहेर जाणार नाहीं. पात्रांतील तूप बाहेर पडलें तर ज्वाळा मोठी होईल, याकरितां पात्राचें तोंड बरो-

वर लिपून घ्यावें. चुलीचे बाहेर जाळ जाण्यास एक दोन भोंकें ठेवावीं. ह्मणजे थोडथोडा जाळ बाहेर जाईल. पात्राचे निम्में राहील, असें तूप पात्रांत घालावें. नंतर एका तपेलींत फेंसलेला रवा घेऊन—घिवरपात्रांतील तुपांत धार सोडीत सोडीत हात वर उचलीत उचलीत वर करावा. आणि मग ओतणें बंद करावें. ओततांना तूप फार वर आलें तर मध्येंच थोडें ओतणें बंद करावें.मग तूप पुनःखालीं जातें मग पुनः पूर्वींप्रमाणें ओतावें. याप्रमाणें सुमारें तीन वेळ होई-पर्यंत त्यांतील जिन्नस सरतो. मग एका हातांत झारा, व दुसरे हातांत वेळूची एक लहान लेखणी घेऊन पात्रांतील घिवर परतावा. मग तो घिवर साखरेच्या पक्क्या पाकांत बुचकळून वरचेवर पळीनें-ही त्यावर पाक सोडावा. याप्रमाणें सर्व घिवर करून बुचकळावे, व त्यावर पाक सोडावा. शेरभर रव्याच्या घिवरांस चारशेर साखरेचा पाक करावा. घिवराची परीक्षा अशी आहे कीं, मधाचे पोळीस जशीं मधून बारीक छिद्रें पडतात, त्याप्रमाणें घिवरास पडावीं. ह्मणजे घिवर उत्तम झाला असें समजावें. घिवर उत्तम होण्याचें काम रवा फेंसण्यावर आहे. तुपांत घालून रवा जितका चांगला फेंसला जाईल, तितके घिवर उत्तम होतील.

---

३७ गुरवळ्या.

अर्धाशेर रवा घेऊन तो दूध घालून कालवावा, आणि चार घटका तसाच ठेवावा. नंतर शेरभर साखर धुवा घेऊन बारीक वाटावी. नंतर त्यांत तांदुळाची पिठी सहाभार, वेलदोड्यांची पूड एकभार, भाजून वाटलेली खसखस दोनभार याप्रमाणें तीन जिन्नस मिळवून ठेवावे. नंतर भिजवून टेवलेला रवा चांगला तिंबावा. फार पातळ व फार घट्ट असूं नये. मग त्या पिठाच्या सुपारीएवढ्या गोळ्या करून स्वच्छ फडक्याखालीं झांकून ठेवाव्या. मग पोळपाटावर एकेक गोळी घेऊन तांदुळाची वस्त्रगाळ पिठी लावून एकेक पापडी लाटून तयार करावी. मग त्यांत सदहू तयार केलेलें पुरण घालून बोटानें पुनः तोंडें चिमटून घेऊन पुनः आणखी ती पापडी लाटावी. लाटतांना

फुगारा मध्यें असतो तो फुटूं देऊं नये. युक्तीनें लाटून घ्यावें. याप्रमाणें वाटोळी लाटून घेऊन तुपांत तळून काढावी, ह्मणजे फुगून येते. तिजवर तळणींतलें तूप पळीनें घालावें. गुरवळीस मुख्य गुण फुगारा पाहिजे. फुगारा साधला नाहीं तर ती पुरी होईल. ह्मणून फुगारा साधण्यास जपलें पाहिजे.

---

३८ जिलब्या.

अर्धाशेर रवा, पांचभार तूप, चारभार तांदुळाचें पीठ, तीनभार हरभऱ्याच्या डाळीचें पीठ, व एकभार उडदाच्या डाळीचें पीठ याप्रमाणें एकत्र करून पाण्यांत अथवा निर्लेप ठेवणें असल्यास दुधांत कालवून ठेवावी. नंतर त्यांत चांगली रसभरीत लिंबें तीन पिळावीं. अगर पांचभार दहीं आंबटपणाकरितां घालावें. हें पीठ पूर्वरात्रीं भिजवून ठेवावें. दुसरें दिवशीं सकाळीं सव्वाशेर साखरेचा कच्चा पाक करून सदर्हू पीठ परातींत घेऊन फेंसावें. पीठ फार दाट झालें असल्यास थोडें व बेतानें त्यांत दूध किंवा पाणी घालून फेंसावें. पीठ उंच उचललें तर तार यावी, असें पीठ असावें, ह्मणजे पिठाचे अंगीं चिकटपणा यावा. नंतर चुलीवर तळणपात्र ठेवून त्यांत अर्धाशेर तूप ओतावें. नंतर जिलबीपात्रानें किंवा नारळी पात्रानें तें भरून घेऊन पात्राच्या खालील छिद्रानें तळणीपात्रांत तीन वळसे घेऊन ओतावें; नंतर मधूनही एक आडवा पट्टा ओतावा. ह्मणजे जिलबी मजबूत होते, मोडत नाहीं. याप्रमाणें तळणपात्रांत मावतील, तेवढ्या जिलब्या सोडाव्या. तळून फुगून तयार झाल्या ह्मणजे झाऱ्यानें काढून पक्क्या पाकांत बुचकळून बाहेर काढून ठेवाव्या. पूर्वीं सांगितलेला कच्चा पाक थोडथोडा घेऊन पक्का करून त्यांत जिलबी बुचकळावी जिलबीची नळी पोकळ न होईल, तर पुनः तें पीठ तूप घालून फेंसावें. परंतु तूप फार झालें तर जिलबी फुटते हेंही पण लक्ष्यांत ठेवलें पाहिजे. मोहन कमी झाल्यास नळी पडत नाहीं. कडकळ्याप्रमाणें नळी घट्ट होईल. यासाठीं मोहन बेतानें घातलें

पाहिजे. नळी पोकळ झाली म्हणजे चांगली, आंत पाक शिरला म्हणजे जिलबी चांगली होते.

---

३९ करंज्या.

रवा व पिठी समभाग म्हणजे शेरशेर घेऊन त्यांत तांदुळाची पिठी दोनभार व तूप अर्धापाव घालावें. आणि सारखें चांगलें चोळावें. नंतर दुधांत घट्ट मळून पाट्यावर घालून खूप कुटावें. नंतर पुनः एकभार तांदुळाचें पीठ, व चारभार तूप एकत्र फेसून त्या कुटलेल्या पिठास आणखी कुटून मऊ करावें. मग मोठ्या सुपारीएवढ्या गोळ्या तयार करून त्यांच्या पापड्या लाटून झांकून ठेवाव्या. मग एकेक पापडी घेऊन त्यांत सारण (पुरण) घालून दोन्ही बोटांनीं तोंड मिळवून घेऊन त्याला बारीक मुरड हातांनीं किंवा फिरकीनें घालावी. नंतर तळणीपात्रांत तूप टाकून तळून काढाव्या.

करंज्यांचें सारण करण्याची रीत अशी आहे कीं, शेराच्या करंज्यांस पाऊणशेर खोबरें चांगलें किसलेलें, अर्धापाव खसखस भाजलेली, वेलदोड्यांची पूड एकभार, आणि सव्वाशेर साखर हे सर्व जिन्नस एकत्र कालवून तयार झाले म्हणजे हें करंज्यांत घालण्याचें सारण समजावें.

---

४० पोकळ करंजी.

तांदुळाची पिठी लावून पापडी फार पातळ नाजूक लाटावी. नंतर त्यांत सारण निम्म्यानें घालून मुरडून तोंड बंद करून किंवा कांतणीनें कांतून तळणीपात्रांत घालून तळावी. म्हणजे करंजी पोकळ होऊन गुरवळीप्रमाणें फुगते.

---

४१ मेव्याच्या करंज्या.

वर सांगितल्या करंज्यांच्याच कृतीप्रमाणें पीठ कुटून मऊ करून तयार करून घेऊन त्याची पावल्यायेवढी गोळी घेऊन ती लाटावी. पातळ मुर्री रुपयायेवढी लाटावी. मग त्या पापडींत वेलदोड्यांचे

दाणे दोन व खडीसाखरेचा बारीक भरडा दोन बोटांचे चिमटींत येई-ल तेवढा घालून दुमटून, मुरडून किंवा फिरकीनें कातून नंतर तुपांत तळून काढाव्या. याप्रमाणें सर्व करंज्या कराव्या.

---

४२ अनारसे.

जाडे व एक वर्षाचे जुने तांदूळ सडून घेऊन ते भिजत घालून दोन दिवस भिजूं द्यावे. नंतर रोवळींत घालून निथळून कोरडे झाले म्हणजे उखळांत घालून कुटावे. तें पीठ वस्त्रगाळ करावें. नंतर शेरभर तांदुळास दीड शेर साखर किंवा सव्वाशेर गूळ घेऊन त्यांत तें पीठ कालवून मळावें. कालवितांना त्यांत अर्धपाव तूप घालावें. याप्रमाणें मळून मग आणखी पाट्यावर घालून वरवंट्यानें कुटावें. मग चुलीवर तळणी ठेवून त्यांत शेरी सव्वाशेर तूप घालावें. तूप तापून तयार होईपर्यंत इकडे त्या पिठाचे अनारसे तयार करावे; ते असे कीं, सिद्ध केलेले पिटाची सुपारी येवढी गोळी घेऊन पोळपाटावर लाटून तळहातायेवढी किंवा त्याहूनही थोडी लहानच अशी लाटून तिला दोन्हीं बाजूंनीं खसखस लावून मग तळणींतून तळून काढावी. म्हणजे तो अनारसा झाला. याप्रमाणें सर्व अनारसे करावे. अनारशाचें पीठ फार घट्ट झालें असल्यास त्यांत चांगलीं पिकलेलीं दोन केळींही घालावीं, मग पिठाची गोळी केळीच्या पानावर थापटून तिला खसखस लावून तळून काढावें.

---

४३ खाज्या.

करंज्यांप्रमाणें पीठ तयार करून सुपारीयेवढ्या गोळ्याच्या दोन पापड्या करून खालवर घालून मध्यें करंज्यांचें पुरण घालून वाटोळ्या दुमटून घेऊन तळाव्या. हा करंज्यांतीलच एक प्रकार आहे.

---

४४ चिरोटे.

अर्धाशेर रव्यास आठभार तूप व दोनभार तांदुळाची पिठी घालून दुधांत कालवून मळून ठेवावा. नंतर एका तासानें पाट्यावर

हा गोळा कुटावा. पुष्कळ कुटून मऊ करावा. मग पुनः दोनभार तूप व एकभार तांदुळाचें पीठ घालून फेंसून त्या गोळ्यास लावून कुटून त्याच्या सुपारीएवढ्या गोळ्या करून झांकून ठेवाव्या. मग वस्त्रगाळ तांदुळाची पिठी पाट्यावर घालून पातळ पोळी लाटावी. तिला कांठ राहूं नये. केवळ कांद्याच्या पापुद्र्या प्रमाणें लाटावी. नंतर तिला तूप लावून एकावर तशाच दोन तीन लाटून घालाव्या. नंतर पुनः तूप लावून चार बोटें रुंदीची चौपुडी घडी घालावी. याप्रमाणें सर्व करून मग चाकूनें चतुःकोन तुकडे पाडून घेऊन मग आणखी पुनः लाटावे. आणि मग तळणींत तूप घालून तळून काढून त्यांवर साखर घालून ठेवून द्यावे.

---

४९ तारफेणी.

रवा चांगला गाईचे दुधांत कालवून मळून भिजत ठेवावा. नंतर पाट्यावर घालून तो कुटून मऊ करावा. नंतर दोनभार तुपांत एकभार वस्त्रगाळ पिठी फेंसून त्या गोळ्यास लावून तो पुनः कुटावा. मग पांचभार तूप फेंसून पुनः त्या गोळ्यास लावून बारीक दोऱ्या त्याच्या लांबोळ्या लांबवून कराव्या. मग हातांनीं त्या शेवयां-प्रमाणें चोंघे करून नंतर दीडपाव तूप फेंसून परातींत ठेवावे. मग एका हातांत शेवयांचें सूत धरून दुसऱ्या हातानें तें फेंसलेलें तूप चपचपीत त्यास लावावें. आणि नंतर दोन्ही बोटांनीं गुंढाळून घ्यावें. मग ती चुंबळ परातींत ठेवावी. याप्रमाणें भराभर सर्व चुं-बळी करून ठेवाव्या. मग प्रत्येक चुंबळींत बोटानें सुमारें चिंचुक्या एवढें तूप सोडावें. मग बारीक चोयांच्या आंगठ्याएवढ्या जाडी-च्या दोन चुंबळी बांधाव्या. चोया वीतभर लांब असाव्या.

मग तळणींत तूप तापवून एक चुंबळ परातींतील घेऊन हळूच पाट्यावर हलक्या हातानें लाटून तळणींत सोडून द्यावी. ती पु-री सारखी होते. मग चोयांच्या जुड्या हातांत घेऊन तळणींतील चुंबळीस दोन्ही हातांनीं सोडवून शेवयांच्या तारा मोकळ्या कराव्या. आणि नंतर बाहेर काढाव्या. ह्मणजे विरळ शेवयांची फुगलेली पुरी

दिसूं लागते. मग पाहिजे असल्यास पक्के पाकांत ही फेणी बुडवून वाढावी. किंवा साखर धुवा वर घालून वाढावी. ही फेणी कोणी दुधांत सोडून खातात. हा पदार्थ करण्यास श्रमाचा आहे तरी दिसण्यात सुंदर आहे.

---

४६ साखरबोंडें.

जिलबीचें पीठ तयार केलेलें घेऊन तळणींत भोंकरा एवढाल्या त्याच्या गोळ्या करून घालून तळून काढाव्या, आणि मग साखरेच्या पाकांत घालून काढाव्या ह्मणजे हीं साखरबोंडें झालीं.

---

४७ घारगे.

अर्धशेर गव्हाचा सांजा शिजत ठेवून त्यांत एकभार मीठ, आणि सव्वाशेर गूळ घालावा. मग शिजल्यावर गरगटून घेऊन गोळा करावा. सांजा घट्ट असावा. नंतर त्यांत अर्धाशेर गव्हाची कणीक घालून परातींत तो सांजा व ही कणीक एकत्र मळून ठेवावी.मग त्यांतून लिंबा एवढी गोळी घेऊन केळीचे पानास तूप लावून त्यावर थापावी. तळहाता एवढा घारगा गोल थापून मग तो चुलीवरील तळणींत घालून तळून काढावा. ह्मणजे घारगा झाला. याप्रमाणें सर्व घारगे करावे. तांदुळाचे घारगेही अशा रीतीनें होतात. याचप्रमाणें भोपळा, फणसाचे गरे, वाळूक वगैरे यांचेही होतात. भोपळ्याची व असल्या दुसऱ्या पदार्थांची साल काढून किसून त्यांत गूळ व सांजा घालून घारगे करावे.

---

४८ रसाळ गऱ्यांचे घारगे.

पातेल्यावर तांब्याची किंवा पितळेची चाळण ठेवून त्यावर रसाळ गरे चोळावे. ह्मणजे त्यांतून सर्व रस गऱ्याच्या खालीं पडतो. नंतर त्यांत तांदुळाचें पीठ घालावें. आणि शेरी पाऊणशेर या मानानें गूळ घालून सर्व एकत्र मळून पूर्वीं सांगितल्या प्रमाणें त्याचे घारगे करून तुपांत तळून काढावे.

४९ शंकरपाळे.

अर्धाशेर रवापिठी वेऊन तींत पावशेर हरभऱ्याच्या डाळीचें पीठ घालावें. पाऊणशेर गूळ, अर्धाभार वेलदोड्यांची पूड, आणि पावशेर तूप असे घालून कालवून सर्व तिंबावी. दुधांत कालवावी. मग पोळी लाटून चाकूनें त्याचे तिकोनी तुकडे तीन बोटें रुंदीचे कापून तुपाची तळणी ठेवून तळून काढावे.

---

५० गपचीप.

पातेल्यांत आठ शेर दूध चांगली साय येईपर्यंत तापवून–नंतर खालीं काढून निवत ठेवावें. त्यापूर्वी अर्धाशेर दहीं फडक्यांत घालून खुंटीस टांगून निथळत ठेवलेलें असावें. निथळून चांगलें घट्ट झाल्यावर काढून चांगलें फेंसून त्याला केशराचा थोडा रंग द्यावा. मग अर्धें दहीं परातीस लावून सर्वत्र पसरून लावून–त्यावर त्या दुधाची साय हळूच उचलून ठेवून–त्यावर आणखी तें राहिलेलें दहीं पसरून घालावें––दह्यांत वेलदोड्यांची बारीक पूडही सहा मासे असावी. मग दोन घटकांनीं चाकूनें त्याच्या चौकोनी वड्या कापाव्या. नंतर पावशेर तूप तळणींत घालून चांगलें तापल्यावर जाळ कमी करून निखोर मात्र असूं द्यावे. आणि मग त्या तळणींत या वड्या तळून घ्याव्या. नंतर साखरे बरोबर भक्षण कराव्या. हें पक्वान्न नाजूक असून गमतीखातर व शोभेखातर करावयापैकीं आहे. केवळ मोठ्या प्रयोजनांत असल्या पक्वान्नाचा पुरवठा मुळींच होणें नाहीं. ह्मणून गपचीप हें पक्वान्न खाशा करितां होय.

---

५१ शिरा.

सांजा तूप लावून चांगला भाजावा. नंतर पावशेर रव्यास पाऊण शेर दूध या मानानें दूध तापवून त्यांत हा सांजा घालावा. मग चांगला एक कढ आल्यावर त्यांत अर्धा शेराहून थोडी अधिक साखर घालून चांगल्या दोन वाफा आल्यावर ढवळावा. मग खडीसाखरे-

चा भर्डी बारीक अर्धा पाव घालावा. बेदाणा पांच भार, बदामांचे सोलीव कांप अर्धा पाव व वेलदोड्यांची पूड एकभार याप्रमाणें मसाला घालून वाढावा.

---

५२ बासुंदी.

दूध दहा शेर आटवावें. तें बरेंच आटत आल्यावर त्यांत आडीच शेर साखरेचा पाक चांगला करून मळी काढून घालावा. मग आणखी आटूं द्यावें. गंधाचा टिकला लावतां येईल इतकें सुमारें आटल्यावर—मग खालीं उतरून त्यांत बेदाणा, बदामांचे कांप, खडी साखरेचा भर्डी आणि वेलदोड्यांची पूड याप्रमाणें चार जिनसांचा मसाला घालून मग ही बासुंदी वाढण्यास द्यावी. बासुंदी बहुतकरून पुरी बरोबर खाण्याचा सांप्रदाय आहे. दूध आटत असतां बुडी न लागेल इकडे लक्ष्य असावें. वरचेवर पळीनें किंवा कलथ्यानें दूध हलक्या हातानें बुडीं धरून ढवळीत असावें. व जाळ बेताचा लावावा. नाहीं पेक्षां बासुंदीस करपट वास येण्याचा संभव आहे.

---

५३ श्रीखंड.

पांच शेर दूध चांगलें तापवून सायीसकट विरजून ठेवावें. चांगलें विरजल्यावर दुसरे दिवशीं चांगल्या शुभ्र रुमालांत तें दहीं ओतून त्याचें गाठोडें करून खुंटीस अडकवून टेवावें. मग निथळून चांगलें घट्ट झाल्यावर एका कल्हईच्या पातेल्यास चांगलें फडकें तोंडास बांधून त्यावर तें दहीं वाळून व दीड शेर साखर घालून दोन्ही हातांनीं फेंसावें. ह्मणजे मग दहीं व साखर गाळलेली खालीं पातेल्यांत पडेल. नंतर याप्रमाणें गाळून घेतलेल्या दहीं साखरेस चार मासे चांगलें केशर खलून घालून सारखें करावें. खडीसाखरेचा भर्डा अर्धपाव, आणि वेलदोड्यांची पूड एक भार घालावी. याप्रमाणें एकत्र करून मग हें तयार झालेलें श्रीखंड ओवराळ्यांनीं वाढावें. बहुतकरून पुरींबरोबर श्रीखंड खातात.

---

५४ आंब्यांचा रस बहुत दिवस राहणारा.

चांगल्या आंब्यांचा रस काढून कल्हईच्या पातेल्यांत घालून चुली वर ठेवून आटवावा. मग रसाचे दुप्पट साखर घालून आणखी आटवावा. मग बराच आटून गंधाप्रमाणें झाला ह्मणजे त्यांत शेरी एकभार वेलदोड्यांची पूड घालून फडक्यांतून गाळून काढून बाटलींत अगर कल्हईच्या भांड्यांत भरून ठेवावा. ह्मणजे मग हा रस वर्ष वर्ष चांगला राहतो. पाहिजे तेव्हां काढून दुधांत घालून रस तयार करावा.

---

५५ रव्याच्या वड्या.

रवा चांगला घेऊन मुटकळें वळेपर्यंत त्यांत तूप घालून तसाच ठेवावा. निरसें दूध त्यावर शिंपून तसाच ठेवावा. मग हलक्या हातानें कालवून तुपांत तळून काढावा. मग पावशेर रव्यास शेरभर साखर या मानानें घेऊन मळी काढून पाक करावा. मग तो पाक पक्का होण्याच्या सुमारास त्यांत तो तळलेला रवा घालून व एकभार वेलदोड्यांची पूड घालून मग कलथ्यानें घोटावा. नंतर पाटास तूप लावून तो रवा त्या पाटावर पोळीप्रमाणें अंगूळभर जाड थापून नंतर त्याच्या चौकोनी वड्या कापाव्या. निखाऱ्यावर थोडा वेळ ठेवाव्या. रंग पाहिजे असल्यास पाकांत थोडें केशर खलून घालावें.

---

५६ नारळाच्या वड्या.

चांगला नारळ फोडून किसून तो कीस भाजावा. नंतर शेरभर साखरेचा पाक करून तो पक्का होत आला ह्मणजे त्यांत तो कीस घालावा. केशरी करणें असल्यास केशर खलून घालावें. सुमारें दोन मासे घालावें. वेलदोड्यांची पूड तीन मासे घालावी. मग पाकास तार आली ह्मणजे आणखी त्यांत पावशेर साखर घालून घोटावें. मग दरदरून वर फेंस येऊं लागला ह्मणजे परातीस तूप लावून त्यांत तो ओतून सारखा करून घ्यावा. आणि निवाल्यावर चौकोनी वड्या कापाव्या.

५७ कागदी वड्या. (पाऱ्या.)

सपीट पावशेर व साखर पावशेर आणि तूप पावशेर हे परातींत मळून त्यांत अर्धाभार वेलदोड्यांची पूड घालावी. मग परातींत पांढरा कागद घालून त्यावर हे सर्व सारखे पसरून थापून सुरीनें चौकोनी वड्या कापाव्या. आणि दुसरी परात वर झांकण ठेवावी. मग निखाऱ्यावर ती परात कांहीं वेळ ठेवून परातीस पाणी मारून पाहून पाणी वाजलें ह्मणजे परात खालीं उतरून घेऊन वड्या निखळून काढाव्या.

---

५८. आंब्यांच्या वडया.

कल्हईचे पातेल्यांत आंब्यांचा रस आटत ठेवावा. त्याला ढवळण्यास पळीही कल्हईचीच असावी. गोळा होईपर्यंत आटल्यावर मग आटलेल्या शेर रसास अर्धाशेर दुधाचा खवा घालावा. पुढें शेरभर साखरेचा पाक करावा. मग त्यांत खव्यासहीत रसाचा गोळा घालून व आणखी पावशेरसाखर घालून चांगलें मळून पाटावर थापून मग चौकोनी वड्या कापाव्या.

दुसरा प्रकार.—आंब्यांचा आटीव खवा शेरभर, दुधाचा खवा अर्धा शेर आणि साखर पावशेर असे तिन्ही जिन्नस एकदम चुलीवर ठेवून ढवळून तयार झाल्यावर पाटावर थापून वड्या कापाव्या.

---

५९ खव्याच्या वड्या.

शेरभर साखरेचा पाक मळी काढून तयार करून त्यांत अर्धा शेर दुधाचा खवा घालून घोटावा. मग साखर पावशेर व वेलदोड्यांची पूड अर्धा भार घालून पाटावर थापून वड्या कापाव्या.

---

६० दह्याच्या वड्या.

दहीं दोन तीन दिवस फडक्यांत टांगून ठेवून खूप घट्ट करावें. मग वजन करून तितकीच साखर त्यांत घालून चुलीवर ठेवून कटवून मग परातींत घालून थापून वड्या कापाव्या.

६१ बदामाच्या वड्या.

फोडलेले बदाम भिजत घालून मग साली काढून कुटावे. शेर बदामास सव्वाशेर साखरेचा पाक करून तो पक्का होण्यास हे कुटलेले बदाम त्यांत घालून घोटावे. आणि खालीं उतरून आणखी लाटण्यानें घोटावा ह्मणजे दरदरून येतो. मग आणखी त्यांत पावशेर साखर व वेलदोड्यांची पूड अर्धा मासा घालून ढवळून मळून पाटास तूप लावून थापून वड्या कापाव्या.

---

६२ बदामी हलवा.

गहूं शेरभर भाजुन भिजत घालावे. दोन दिवस भिजल्यावर काढून वाटावे. त्यांत दुप्पट पाणी घालून कल्हईच्या पातेल्याचे तोंडास फडकें बांधून गाळून घ्यावें. चोथा टाकावा. गाळलेलें पाणी निवळत ठेवावें. तळास चिकी बसते, ती घेऊन पाणी टाकावें. मग चांगलें पाणी अर्धाशेर घेऊन त्यांत पांच भार तूप घालून आधण ठेवावें. मग सोललेल्या बदामाच्या फाकी पावशेर, खडीसाखर पावशेर, साखर शेरभर, वेलदोडे एक भार, जायफळ अर्धाभार पूड, याप्रमाणें पदार्थ त्या आधणांत घालून ती चिकीही घालावी. मग कढ येऊन दाट झाली ह्मणजे परातीस तूप लावून त्यांत तें सर्व ओतावें. तीन आंगुळें जाड होईल असें ओतावें. आणि थिजल्यावर हवेतसे मग तुकडे कापून घ्यावे.

---

६३ मोहनभोग.

चवथ्या प्रतीचा रवा घेऊन अर्धाशेर एका पातेल्यांत घालावा. त्या-ला अर्धपाव तूप लावून भाजावा. आणि दूध शिंपून शिंपून त्याच भांड्यांत शिजवावा. मग त्यांत पाऊणशेर साखर, अर्धाभार वेलदोड्यांची पूड आणि पावशेर तूप घालून झांकण ठेवून चांगली वाफ येऊं देऊन खालीं उतरून ठेवावा, मग वाढावा.

६४ तिळांचा हलवा.

गोंडे तीळ निवडून घेऊन धूऊन वाळवून घोंगडीवर चोळून वरचीं टरफलें काढून स्वच्छ करावे. मग साखरेचा कच्चा पाक करून घेऊन शेगडीवर निखाऱ्यांचा मंद आहार घेऊन त्यावर थोडी उंच राहील अशी कढई ठेवून मग त्यांत तीळ घालून संध्येच्या पळीनें थोडथोडा त्यावर पाक घालून हलक्या हातानें हलवावें. ह्मणजे तिळावर साखरेचा बारीक कांटा चढतो. हें काम फार नाजूक आहे ह्मणून तें जपून करावें. तिळाबरोबर लवंगा, वेलदोड्यांचे दाणे, भोपळ्यांच्या बिया व बदामांचे बारीक कांप यांवरही कांटा चढतो ह्मणून वाटल्यास हेही जिन्नस हलव्यांत घालावे. आणि पाहिजे असल्यास केशर दुधांत खलून पाकांत घालून तें तिळास लावावें. केशराशिवाय दुसरा रंग देऊं नये.

---

६५ मुखविलास लाडू.

मुगाची डाळ अर्धाशेर घेऊन भिजत घालावी. नंतर कोरडी करून वाटावी. व तीन पाव तुपांत तळून घेऊन दीडशेर साखरेचा पाक मळी काढून तयार करावा. त्यांत हें तळलेलें पीठ कालवून त्यांत दोन मासे केशर तुपांत खलून घालावें. आणि पिस्ते तोळाभर, विलायचीची पूड तोळाभर, बदाम अर्धापाव, खडीसाखर अर्धापाव, खिसमिस अर्धापाव असा मसाला घालून लाडू बांधावे.

---

६६ मैनादास, किंवा बर्फीचा लाडू.

शेरभर बर्फी घेऊन त्यांत पावशेर रवा तुपांत भाजून घालून बर्फी चांगली चुरावी, नंतर मुखविलास लाडूस सांगितल्या प्रमाणें सर्व मसाला घालून लाडू बांधावे.

भाग पांचवा समाप्त.